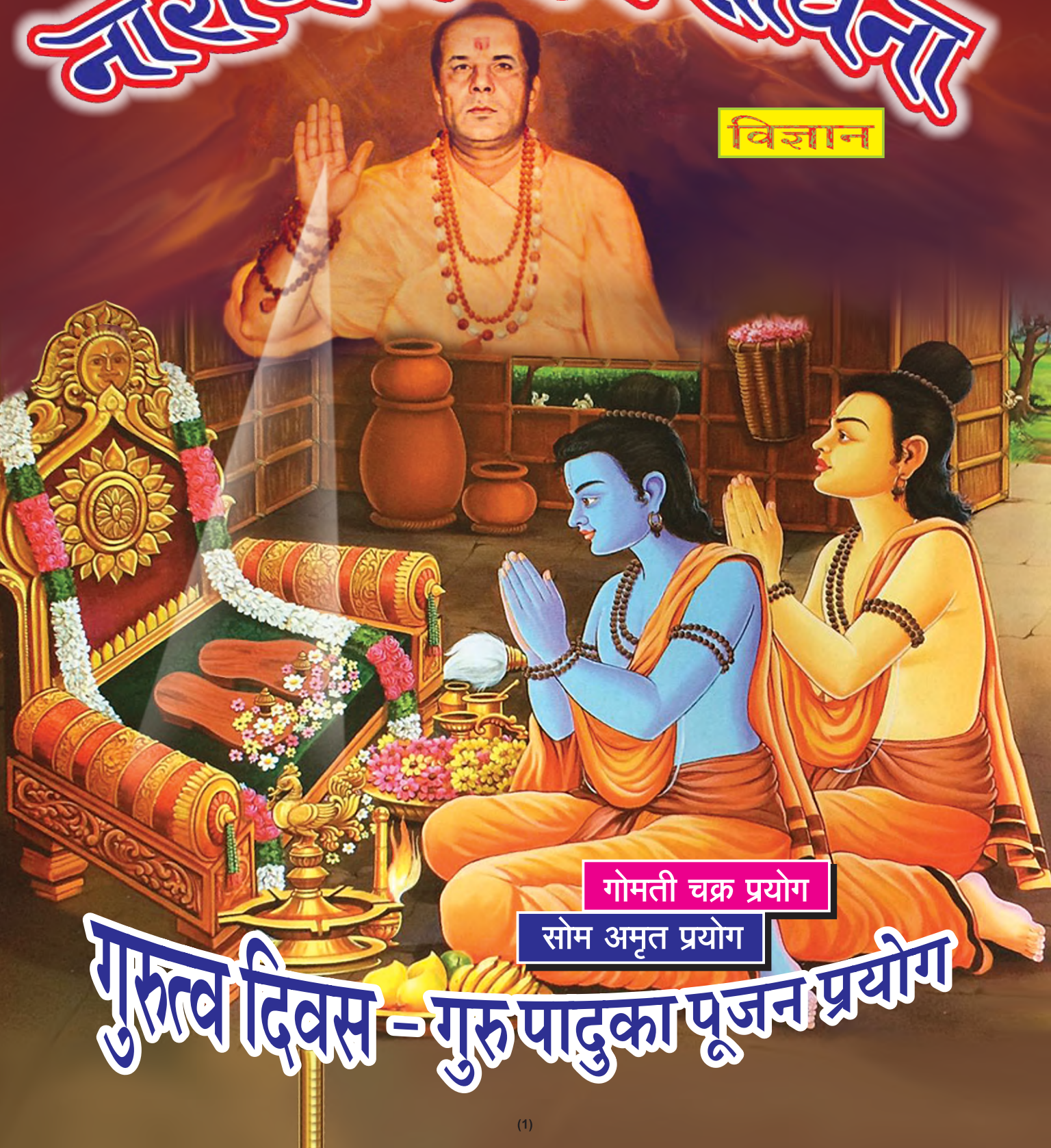
गुरुत्व साधना विशेषांक
नवम्बर-2022
मूल्य-40/-
वर्ष 13
अंक 2
नारायण-मंत्र-साधना
विज्ञान
गोमती चक्र प्रयोग
सोम अमृत प्रयोग
गुरुत्व दिवस - गुरु पादुका पूजन प्रयोग

पूज्य सद्गुरुदेव के आशीर्वाद तले प्रकाशित

नारायण मंत्र साधना विज्ञान

कृपया ध्यान दें

- 1. यदि आप साधना सामग्री मंगवाना चाहते हैं।
- 2. यदि आप अपना पता या फोन नम्बर बदलवाना चाहते हैं।
- 3. यदि आप पत्रिका की वार्षिक सदस्यता लेना चाहते हैं।

तो आप जोधपुर कार्यालय के फोन नम्बरों पर सम्पर्क करें

साधकों को सभी सामग्री स्पीड पोस्ट से भेजी जाती है। अतः साधना सामग्री मंगाने के लिए सामग्री की न्यौछावर राशि के साथ डाकखर्च 100 रुपये जोड़कर निम्न बैंक खाते में जमा करवा दें तथा जमा राशि की रसीद, साधना सामग्री का विवरण, अपना पूरा पता पिनकोड एवं फोन नम्बर के साथ हमें उपरोक्त नम्बर पर वाट्सअप कर दें तो हम आपको साधना सामग्री स्पीड पोस्ट से भेज देंगे, जिससे आपको साधना सामग्री शीघ्र प्राप्त हो सकेगी।

बैंक खाते का विवरण

खाते का नाम	: नारायण मंत्र साधना विज्ञान
बैंक का नाम	: स्टेट बैंक ऑफ इण्डिया
ब्रांच कोड	: SBIN0000659
खाता नम्बर	: 31469672061

मासिक पत्रिका का वार्षिक मेम्बरशिप ऑफर

1 वर्ष सदस्यता 405/–

शिव यंत्र एवं माला
405 + 45 (डाक खर्च) = 450

लक्ष्मी यंत्र एवं माला
405 + 45 (डाक खर्च) = 450

1 वर्ष सदस्यता 405/–

आनो भद्राः क्रतवो यन्तु विश्वतः
मानव जीवन की सर्वतोन्मुखी उन्नति प्रगति और भारतीय गूढ़ विद्याओं से समन्वित मासिक पत्रिका

|| ॐ परम तत्वाय नारायणाय गुरुभ्यो नमः ||

जीवन की समस्त मनोकामनापूर्ति में सहायक : सोम अमृत प्रयोग

जीवन की समस्त बाधाओं पर विजय प्राप्ति हेतु : : भैरव प्रयोग

रूप, यौवन, पौरुषता प्राप्ति में सहायक : कामदेव रति प्रयोग

प्रेरक संस्थापक
डॉ. नारायणदत्त श्रीमाली
(परमहंस स्वामी निखिलेश्वरानंदजी)

आशीर्वाद
पूजनीया माताजी
(पू. भगवती देवी श्रीमाली)

सम्पादक
श्री अरविन्द श्रीमाली

सह-सम्पादक
राजेश कुमार गुप्ता

सद्गुरुदेव

स्तम्भ

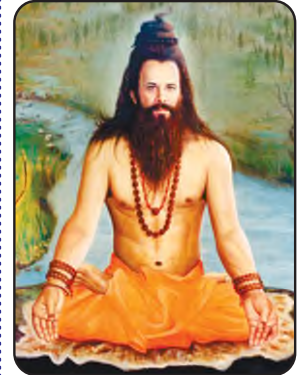
साधनाएँ

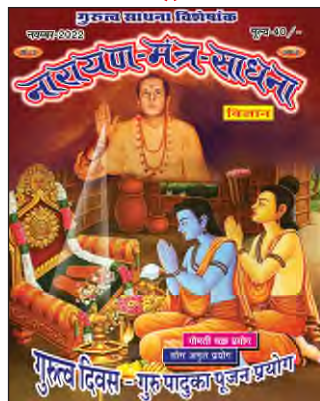
विशेष

आयुर्वेद

स्तोत्र

योग

ENGLISH

प्रकाशक, स्वामित्व एवं मुद्रक
श्री अरविन्द श्रीमाली
द्वारा
नारायण प्रिण्टर्स
नोएडा
से मुद्रित तथा
'नारायण मंत्र साधना विज्ञान'
कार्यालय :
हाई कोर्ट कॉलोनी, जोधपुर से
प्रकाशित

मूल्य (भारत में)

एक प्रति	40/-
वार्षिक	405/-

सम्पर्क
सिद्धाश्रम, 306 कोहाट एन्क्लेव, पीतमपुरा, दिल्ली-110034, फोन : 011-79675768, 011-79675769, 011-27354368
नारायण मंत्र साधना विज्ञान, डॉ. श्रीमाली मार्ग, हाईकोर्ट कॉलोनी, जोधपुर-342001 (राज.), फोन नं. : 0291-2433623, 2432010, 7960039
WWW address : http:/www.narayanmantrasadhanavigyan.org E-mail : nmsv@siddhashram.me

नियम

पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाओं का अधिकार पत्रिका का है। इस *'नारायण मंत्र साधना विज्ञान'* पत्रिका में प्रकाशित लेखों से सम्पादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। तर्क-कुतर्क करने वाले पाठक पत्रिका में प्रकाशित पूरी सामग्री को गल्प समझें। किसी नाम, स्थान या घटना का किसी से कोई सम्बन्ध नहीं है, यदि कोई घटना, नाम या तथ्य मिल जायें, तो उसे मात्र संयोग समझें। पत्रिका के लेखक घुमक्कड़ साधु-संत होते हैं, अत: उनके पते आदि के बारे में कुछ भी अन्य जानकारी देना सम्भव नहीं होगा। पत्रिका में प्रकाशित किसी भी लेख या सामग्री के बारे में वाद-विवाद या तर्क मान्य नहीं होगा और न ही इसके लिए लेखक, प्रकाशक, मुद्रक या सम्पादक जिम्मेवार होंगे। किसी भी सम्पादक को किसी भी प्रकार का पारिश्रमिक नहीं दिया जाता। किसी भी प्रकार के वाद-विवाद में जोधपुर न्यायालय ही मान्य होगा। पत्रिका में प्रकाशित किसी भी सामग्री को साधक या पाठक कहीं से भी प्राप्त कर सकते हैं। पत्रिका कार्यालय से मंगवाने पर हम अपनी तरफ से प्रामाणिक और सही सामग्री अथवा यंत्र भेजते हैं, पर फिर भी उसके बाद में, असली या नकली के बारे में अथवा प्रभाव होने या न होने के बारे में हमारी जिम्मेवारी नहीं होगी। पाठक अपने विश्वास पर ही ऐसी सामग्री पत्रिका कार्यालय से मंगवायें। सामग्री के मूल्य पर तर्क या वाद-विवाद मान्य नहीं होगा। पत्रिका का वार्षिक शुल्क वर्तमान में 405/- है, पर यदि किसी विशेष एवं अपरिहार्य कारणों से पत्रिका को त्रैमासिक या बंद करना पड़े, तो जितने भी अंक आपको प्राप्त हो चुके हैं, उसी में वार्षिक सदस्यता अथवा दो वर्ष, तीन वर्ष या पंचवर्षीय सदस्यता को पूर्ण समझें, इसमें किसी भी प्रकार की आपत्ति या आलोचना किसी भी रूप में स्वीकार नहीं होगी। पत्रिका के प्रकाशन अवधि तक ही आजीवन सदस्यता मान्य है। यदि किसी कारणवश पत्रिका का प्रकाशन बन्द करना पड़े तो आजीवन सदस्यता भी उसी दिन पूर्ण मानी जायेगी। पत्रिका में प्रकाशित किसी भी साधना में सफलता-असफलता, हानि-लाभ की जिम्मेवारी साधक की स्वयं की होगी तथा साधक कोई भी ऐसी उपासना, जप या मंत्र प्रयोग न करें जो नैतिक, सामाजिक एवं कानूनी नियमों के विपरीत हों। पत्रिका में प्रकाशित लेख योगी या संन्यासियों के विचार मात्र होते हैं, उन पर भाषा का आवरण पत्रिका के कर्मचारियों की तरफ से होता है। पाठकों की मांग पर इस अंक में पत्रिका के पिछले लेखों का भी ज्यों का त्यों समावेश किया गया है, जिससे कि नवीन पाठक लाभ उठा सकें। साधक या लेखक अपने प्रामाणिक अनुभवों के आधार पर जो मंत्र, तंत्र या यंत्र (भले ही वे शास्त्रीय व्याख्या के इतर हों) बताते हैं, वे ही दे देते हैं, अत: इस सम्बन्ध में आलोचना करना व्यर्थ है। आवरण पृष्ठ पर या अन्दर जो भी फोटो प्रकाशित होते हैं, इस सम्बन्ध में सारी जिम्मेवारी फोटो भेजने वाले फोटोग्राफर अथवा आर्टिस्ट की होगी। दीक्षा प्राप्त करने का तात्पर्य यह नहीं है, कि साधक उससे सम्बन्धित लाभ तुरन्त प्राप्त कर सकें, यह तो धीमी और सतत् प्रक्रिया है, अत: पूर्ण श्रद्धा और विश्वास के साथ ही दीक्षा प्राप्त करें। इस सम्बन्ध में किसी प्रकार की कोई भी आपत्ति या आलोचना स्वीकार्य नहीं होगी। गुरुदेव या पत्रिका परिवार इस सम्बन्ध में किसी भी प्रकार की जिम्मेवारी वहन नहीं करेंगे।

प्रार्थना

ॐ विद्यान्यै विद विदमहे श्रियत्वं
सह श्रिये सदन्न:।।

मेरे जीवन में सम्पूर्ण साधनाएँ एवं विद्याएँ सहज ही प्राप्त हों जिससे मैं विश्व में अद्वितीय व्यक्ति बन सकूँ और समस्त विश्व के प्राणियों का कल्याण कर सकूँ।

अन्धकार

एक बार अंधकार ने भगवान से शिकायत की कि सूर्य मेरे पीछे पड़ा रहता है, मैं जहाँ भी जाता हूँ वह मेरे पीछे-पीछे आता है और मुझे वहाँ से भागना पड़ता है... मैंने उसका कुछ भी तो नहीं बिगाड़ा पर फिर भी वह मुझे परेशान करता रहता है...।

आप उससे पूछें कि ऐसा वह क्यों करता है? आप मुझे न्याय दीजिए।

भगवान ने सूर्य को बुलाया और पूछा–'तुम अंधकार को क्यों परेशान करते हो? क्यों उसके पीछे पड़े हो, जिसकी वजह से उसे भागना पड़ता है?'

सूर्य ने कहा–'भगवन! मैंने तो उसे आज तक देखा ही नहीं। कभी मुलाकात भी नहीं हुई, फिर भी यदि कहीं मेरी गलती है तो आप उसे बुलायें मैं माफी मांगने को तैयार हूँ।

यह है धीर-गम्भीर महापुरुष की पहिचान, ऐसा होता है बड़प्पन।

–और आज तक अंधकार और सूर्य का मिलाप नहीं हो सका, सम्भव भी नहीं है।

तात्पर्य यह है कि जहाँ मंत्र साधना रूपी सूर्य का प्रकाश होगा, तो आपके जीवन में अभाव, पीड़ा, कष्ट, रोग, शत्रु रूपी अंधकार टिक ही नहीं सकते। क्योंकि साधनाओं से जीवन की बाधाओं को दूर किया जा सकता है। सभी मनोकामनाओं को पूर्ण किया जा सकता है। ध्यान की गहराई में उतरा जा सकता है।

इसलिये सद्गुरुदेव ने हमेशा इस बात पर जोर दिया कि आप अपने जीवन में मंत्र साधना को उतारें एवं योग और प्राणायाम को अपने जीवन का अभिन्न अंग बनायें।

हंसा उड़हू
गगन की ओर

सद्गुरुदेव डॉ. नारायण दत्त श्रीमालीजी का व्यक्तित्व महान है और अपने जीवन में हर बात को उसी रूप में कहा जिसे साधारण व्यक्ति समझ सके। जीवन में अविरल गति से चलते हुए किस प्रकार एक-एक कदम आगे बढ़कर पूर्णत्व की ओर अग्रसर हुआ जा सकता है और जीवन में सिद्धाश्रम प्राप्त हो, उसी का सारगर्भित विवेचन गुरुदेव की ही भाषा और शैली में-

- अब आप क्या समझे? अब अगर मैं यह कह भी दूं, तो आप क्या समझ सकेंगे?
- ये अणु क्या हुआ? ये महान, विराट व काल पुरुष ये सब क्या हैं?
- इसको समझाना कठिन है।

संन्यास लेना इतना आसान नहीं है, भगवे कपड़े पहिनने से कोई संन्यासी नहीं बन सकता। नाम बदलने से कोई संन्यासी नहीं हो सकता। संन्यासी होता है मन, वचन, कर्म से, अपने जीवन में संन्यास के आचरण को उतारने से।

मैंने क्रिया योग को समझाते हुए बताया, कि क्रिया योग की तीन स्टेज हैं—पहली है धारणा, दूसरी है ध्यान, तीसरी है समाधि।

मैंने धारणा के बारे में समझाया, कि हम सादृश्यापेक्षी हैं... हम अपने बराबरी वाले से दोस्ती और दुश्मनी कर सकते हैं। शराबी, शराबी के साथ बैठ कर आनन्द मना सकता है। गुरु के पास बैठेगा ही नहीं, पिछले साठ वर्षों में एक भी ऐसा अवसर नहीं आया, कि वह बोतल लेकर भगवान के पास बैठा हो, और शराब पीने में उसको आनन्द आया हो। इसलिये हम गृहस्थ हैं, और हमारी पत्नी है, पुत्र हैं, परिवार है, बन्धु-बान्धव हैं... तो हमें ऐसे ही गुरु की आवश्यकता है, जो इस सादृश्यापेक्षी हों।

एक संन्यासी है, और आश्रम में बैठा है, यदि आप उससे कहें—महाराज! आप बहुत महान हैं, और... आप मुझे ज्ञान दीजिये। वह कहेगा—बच्चे! चार छः साल सेवा करो, आश्रम में रहो, फिर हम आपको समझायेंगे... दरअसल उनके आपके बीच में गैपिंग इतनी अधिक है, कि आप उनकी बराबरी में नहीं आ सकते। आप न तो संन्यास ले सकते हैं, और न आपको संन्यास लेने की क्रिया का ज्ञान ही है—और भगवे कपड़े पहिनने से संन्यास आ भी नहीं सकता।

भर्तृहरि गुरु के पास गये और गुरु से निवेदन किया—'मैं संन्यास लेना चाहता हूँ।'

गुरु बोले—''मैं तुम्हें संन्यास अवश्य दूंगा, पर पहले तुम बैठकर गुरु मंत्र का जप करो।''

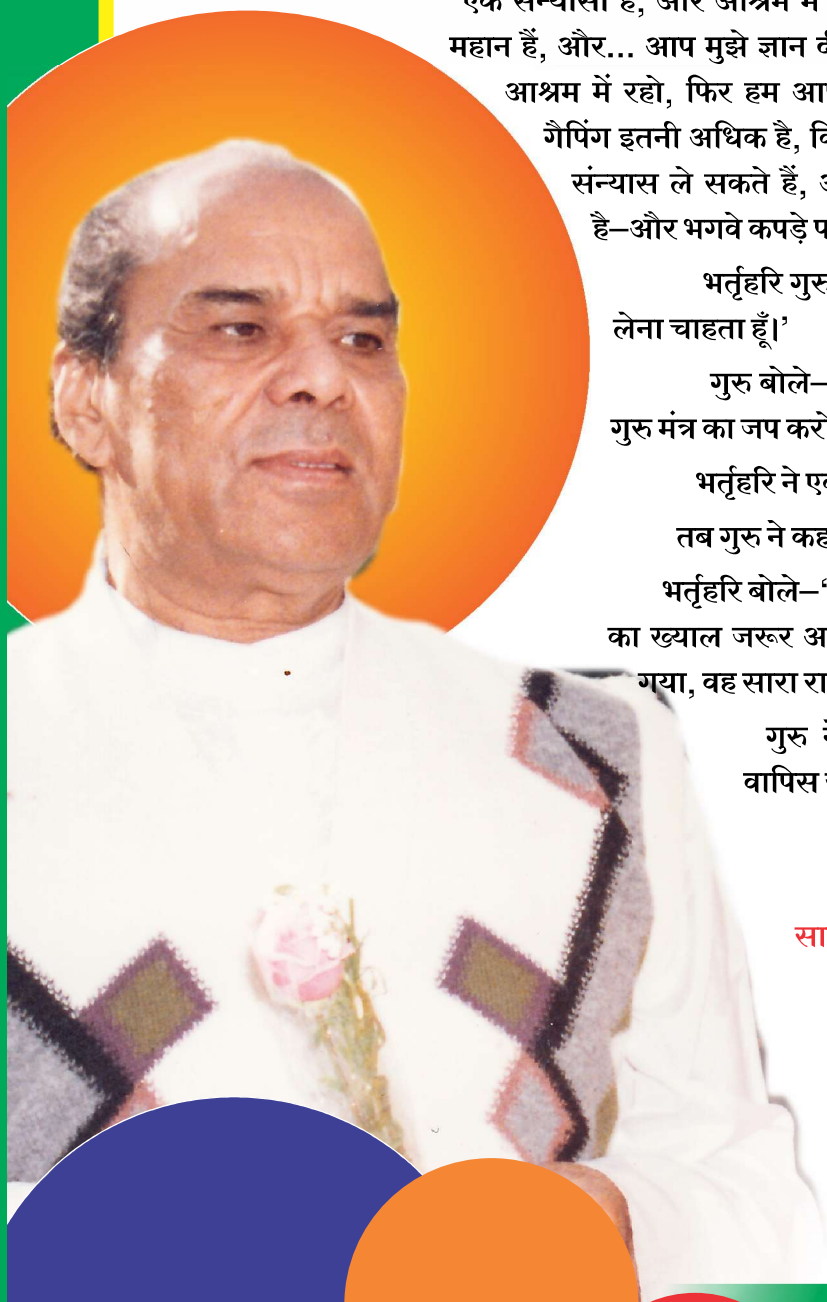
भर्तृहरि ने एक सप्ताह तक निरन्तर गुरु मंत्र का जप किया।

तब गुरु ने कहा—''अब बोलो, तुम्हारे मन में कुछ इच्छा हो रही है?'

भर्तृहरि बोले—'और तो कोई खास बात नहीं है, पर कभी-कभी पत्नी का ख्याल जरूर आता है। वह बेचारी कैसे रहती होगी, मैं तो यहाँ आ गया, वह सारा राज-काज कैसे करती होगी?''

गुरु ने कहा—''तुम नहीं ले सकते संन्यास, तुम अभी वापिस जाओ।''

और वे पुनः राजा बने।

सात बार गुरु के पास आकर दीक्षा ली, और सात बार वापिस पत्नी के पास गृहस्थ में गये—आठवीं बार वे पूर्ण दीक्षा प्राप्त कर सके। संन्यास लेना इतना आसान नहीं है, भगवे कपड़े पहिनने से कोई संन्यासी नहीं बन

सकता। नाम बदलने से कोई संन्यासी नहीं हो सकता, संन्यासी होता है मन, वचन, कर्म से।

श्लोक के प्रारम्भ में कहा गया है, कि जीवन के सत्यों से युक्त हमारा जीवन आनन्दयुक्त हो, रोगरहित हो। रोग भी तीन प्रकार के होते हैं–पहला शारीरिक रोग, दूसरा मानसिक रोग और तीसरा आत्मिक रोग। संसार के प्रत्येक व्यक्ति को शारीरिक रोग और मानसिक रोग है, यह मैं गारण्टी के साथ कह सकता हूँ। ऐसा कोई नहीं कह सकता, कि मैं शारीरिक व मानसिक रूप से पूर्ण स्वस्थ हूँ और तीसरा आत्मिक रोग है, जिसका तात्पर्य है–कभी-कभी हमारे शरीर में खून उबाल खाता है, कि हम कुछ करें, कुछ प्राप्त करें, पर कर कुछ भी नहीं पाते हैं... कर नहीं पाते हैं–सामाजिक समस्याओं के कारण, आर्थिक समस्याओं के कारण, और भी कई कारण हैं।

इन तीनों रोगों से निवृत्त होने के लिए यह एक विशेष प्रयोग इस क्रिया योग में है, और इस प्रयोग को सम्पन्न करने की विधि अपने आप में अत्यन्त विशिष्ट है। आवश्यकता है, कि व्यक्ति इस प्रक्रिया को भलीभांति पूर्णता से समझ ले, इसलिए समझ ले, कि उसको जीवन में उतार सके... और संसार में कहीं पर भी, किसी भी योगी और संन्यासी को क्रिया योग समझा सके, यह क्षमता आप में आनी ही चाहिए।

–और आप इस बात का चाहे तो 'एक्सपेरीमेन्ट' करें। यदि आप हरिद्वार, मथुरा या काशी कहीं पर भी घूमने जायें, वहाँ आपको कोई योगी, गुरु या साधु संन्यासी मिले और आप उनसे पूछिये–गुरुजी! अगर महात्मा गांधी ने क्रिया योग सीखने की इच्छा की, और बाइबिल में ईसा मसीह ने कहा, कि क्रिया योग से जीवन में पूर्णता प्राप्त होती है, यदि पैगम्बर साहब ने कुरान की आयतों में क्रिया योग का वर्णन किया है, सारे धर्मों में अगर क्रिया योग सत्य है; तो जरूर इसके पीछे कुछ सत्य है, अत: आप हमें क्रिया योग के बारे में बताइये।

और तब आप जान जायेंगे, कि वे कितने विद्वान हैं। उनको खुद को ज्ञान है ही नहीं, शायद उनसे ज्यादा ज्ञान तो आपको होगा। उस योगी से ज्यादा तो आप अच्छी तरह से बता सकेंगे–कहकर भी, प्रेक्टिकल करके भी, और प्रवचन के माध्यम से भी, क्योंकि आप उसे पूर्णता के साथ समझ सकते हैं, और यह पूर्णता आपको मिलेगी गुरु के सान्निध्य से।

क्रिया योग पूर्णत: प्रैक्टिकल ज्ञान है, तथ्य और चिन्तन के माध्यम से भी और जीवन में प्रयोग के माध्यम से भी।

शंकराचार्य ने इस प्रकार क्रिया योग की संगुम्फन विधि को स्पष्ट किया, कि हम रोग रहित कैसे हों? आप प्रयोग करके देखें, क्योंकि जब कोई भी चीज पूर्ण मंत्रसिद्ध होगी, तो पूर्ण फल प्रदान करेगी ही–व्यक्ति को पूर्णरूप से प्रवीण कर देना, योग्य कर देना, मजबूत बना देना ये सब मंत्र सिद्ध करना ही तो हुआ।

क्रिया योग को सीखने के लिए सबसे पहले जरूरी है, कि आप रोग रहित जीवन प्राप्त कर सकें। रोग रहित जीवन प्राप्ति के लिए ही क्रिया योग में 'एकमुखी रुद्राक्ष' पर एक विशिष्ट प्रयोग बताया गया है, अत: इस प्रयोग को आपको करना ही चाहिए।

इस प्रयोग को जब घर पर करें, तब अपने सामने एक बाजोट पर, एक तांबे की प्लेट रखें। एक 'हकीक माला' लें और इसको केवल छः आंटे देकर शिखरयुक्त बना कर रखें। इसके बाद माला के दोनों तरफ तांबे के दो सिक्के रख दें या शुद्ध तांबे के दो तार खड़े कर दें (जो तांबा आपको दिखाई देता है, वह लौहे मिश्रित होता है, शुद्ध तांबे का प्रयोग करें), उसके बीच में आप उस रुद्राक्ष को रख दें (तांबे और मंत्र के संस्पर्श से रुद्राक्ष अपने आप कम्पनयुक्त हो जायेगा) इन दोनों को किसी तांबे के पात्र में ही रखें। तत्पश्चात रुद्राक्ष पर धीरे-धीरे जल वर्षा करते हुए मंत्र उच्चारण करें, और यह मंत्र केवल दो अक्षरों का है।

''सोऽहं''

—ये 'सोऽहं' शब्द किसी विशेष धर्म और सम्प्रदाय का मंत्र नहीं है। तिब्बत में जितने लामा हैं, वे अपने-आप में संसार के सर्वश्रेष्ठ तांत्रिक और योगी हैं। यदि आप कभी धर्मशाला जायें, (यह स्थान हिमाचल प्रदेश में है) वहाँ आपको कई लामा देखने को मिल जायेंगे, जो अपने आप में पूर्ण तांत्रिक ज्ञान से युक्त हैं, ऐसे लामा लोगों का गायत्री मंत्र 'सोऽहं' ही है।

'सोऽहं वै परा पुरुष वै,
व: रतवै व्रत क्रियात्मां वै सयोगत्वं व:'

क्रिया शब्द का वर्णन, और 'सोऽहं' शब्द का वर्णन... आर्यों ने सबसे पहले जिस श्लोक को उद्‌घोषित किया, उसका प्रथम अक्षर सोऽहं है।

दिव्य मंत्र 'सोऽहं' पर पूरी दो हजार पृष्ठों की पुस्तक लिखी जाय, तो भी शायद इस शब्द को सही ढंग से समझाया नहीं जा सकता। अपने आप में ये दो अक्षर अत्यधिक गूढ़ हैं। 'सोऽहं' का सारार्थ रोग रहित जीवन की पूर्णता है। सोऽहं का अर्थ है—स:+अहं=वह ब्रह्म मैं हूँ, और मैं पूर्ण हूँ, सारी वाङ्मय का मूल आधार मैं हूँ। मैं 'अ' से लगाकर 'ह' तक पूरे ज्ञान को पीने वाला हूँ, उसको 'सोऽहं' कहते हैं।

—और वास्तविक सोऽहं हम जब पूरे ज्ञान को हम पी सकेंगे। अहं, का मतलब है—घमण्ड, अहंकार... और घमंड का तात्पर्य है—रोग, चाहे वह मानसिक हो अथवा शारीरिक।

धन है, तो उसमें घमंड की क्या जरूरत है, परन्तु अधिकतर धनी व्यक्ति अत्यधिक घमंडी होते हैं। फिर कभी-कभी हम यह भी देखते हैं, कि जो जितना ही ज्यादा पैसे वाला होता है, वह उतना ही ज्यादा नम्र होता है, और बहुत छोटे व्यक्ति जिनके पास अल्पमात्रा में धन है, बहुत ज्यादा उछल जाते हैं, फिर तो धन से इसका कोई सम्बन्ध नहीं। सम्बन्ध है, तो मानसिक चिन्तन से, जैसा मानसिक चिन्तन होगा, वैसा ही व्यवहार, वैसा ही स्वास्थ्य होगा। इस रोग की निवृत्ति के लिये भी 'सोऽहं' शब्द का ही प्रयोग किया गया है।

इसलिए गुरु ने शंकराचार्य को समझाया—'क्रिया योग को सीखने से पहले तुम पूर्ण रोग रहित होकर मेरे सामने आओ।' तुम्हें उस एकमुखी रुद्राक्ष के माध्यम से जो शिव का प्रतीक है,

उस माला के माध्यम से जो शक्ति का प्रतीक है, उससे शिव शक्ति का समन्वय करके, एक विद्युत ऊर्जा पैदा करके सभी रोगों को दूर करना होगा... और तब उन्होंने शंकराचार्य को यही प्रयोग सम्पन्न करवाया।

इस प्रक्रिया द्वारा तीन हजार वर्ष पहले वाली कड़ी जुड़ी है। शंकराचार्य को यह प्रयोग जरूर करवाया गया, पर इसके अलावा तीन हजार वर्षों में यह प्रयोग सम्पन्न हुआ हो, ऐसा उद्धरण नहीं मिलता।

इसलिए नहीं हुआ, क्योंकि जिस चीज को समझेंगे नहीं, तो प्रयोग कैसे होंगे?

सोऽहं-सोऽहं रटते रहने से 'सोऽहं' नहीं हो सकते, इसकी तो एक निर्धारित विधि है, एक तरीका है, जो इस प्रकार है–रुद्राक्ष के ऊपर तांबे की आचमनी से निरन्तर 'सोऽहं' शब्द का उच्चारण करते हुए जल डालते रहें।

–'कितना जल प्रक्षेप करें?'

–'इक्कीस तोला जल प्रक्षेप करें, इक्कीस तोले का अर्थ है–करीब दो सौ ग्राम।'

उस जल को लेकर आप स्वयं नित्य पियें, शारीरिक रोग समाप्त होंगे ही, निश्चित रूप से परिवर्तन स्वयं आपको मालूम पड़ेगा ही इसको संगुम्फन विधि कहते हैं। यह अपने-आप में शिव और शक्ति का पूर्ण संगुम्फित स्वरूप है, जिस पर प्रक्षेपित जल अपने आप में पूर्णतः 'अमृत तत्व' कहलाता है। जिसको 'चन्द्रोदय जल' भी कहा गया है। यह जल आप स्वयं ग्रहण कर सकते हैं, यह जल आपका पड़ोसी ग्रहण कर सकता है, जिसके लिए चाहें, आप इसका उपयोग कर सकते हैं।

–और अब आपका प्रश्न होगा, कि पानी से रोग मुक्ति कैसे सम्भव है?

–मैं भी आश्चर्यचकित हूँ, कि एक छोटी सी गोली लेने से सिर दर्द कैसे समाप्त हो सकता है? गोली तो बहुत छोटी है, मगर उस गोली में सिर दर्द मिटाने की कुछ क्षमतायें हैं... और इस मंत्र में भी कुछ दिव्य क्षमतायें हैं, जो हमेशा के लिए उस रोग को शांत कर सकती हैं। यह जल एक सौ बीस दिन से ज्यादा लेने की जरूरत पड़ती ही नहीं है। सारे रोगों को दूर करने के लिये यह टाइम लिमिट दिया है, पहली लिमिट है–एक दिन, और लास्ट लिमिट है–एक सौ बीस दिन।

ऐसा प्रयोग तीन बार करें, तीन बार प्रयोग इसलिए करें, क्योंकि युग व वातावरण के अनुसार प्रभाव होने की क्रिया थोड़ी धीमी हो सकती है, ऐसा आवश्यक नहीं है, क्योंकि अभी मैंने बताया, कि एक दिन में भी पूर्ण प्रभाव प्राप्त हो सकता है। कहने का तात्पर्य सिर्फ इतना ही है, कि जब आपको एहसास हो, कि आप पूर्णतः रोगमुक्त हो चुके हैं, तब समझ लें, कि यह प्रयोग पूर्ण हो गया है और माला तथा रुद्राक्ष को पवित्र जल में प्रवाहित कर दें। जो भी व्यक्ति क्रिया योग में आगे बढ़ना चाहता है, उसे तो यह सब करना अनिवार्य होगा ही, चाहे आपको रोग हो या नहीं हो, मगर इस क्षेत्र में आगे बढ़ने के लिये यह अनिवार्य शर्त है, क्योंकि कोई शारीरिक रोग नहीं होगा, तो मानसिक या आत्मिक रोग तो होगा ही, और उन रोगों को दूर करने के लिये इस जल को ग्रहण करना जरूरी है।

क्रिया योग की दूसरी स्टेज है–किस प्रकार से धारणा को ध्यान में 'कनवर्ट' किया जाय, क्योंकि ध्यान जरूरी है...और रोग रहित जीवन प्राप्त करने के बाद ही ध्यान लग सकता है। यदि हाथ चोटग्रस्त है, तो दर्द होगा और आप ध्यान लगाना चाहें, तो

ऐसी स्थिति में ध्यान नहीं लग सकता। यदि आपकी पत्नी बीमार है, और आप ध्यान लगाना चाहे, तो नहीं लगा सकते। इसलिये इन सारे रोगों, इन सभी चिंताओं को मिटाने के लिए संगुम्फन प्रयोग जरूरी है।

जिस प्रकार कोई साधना करने से पहले स्नान करना जरूरी होता है, ठीक उसी प्रकार से क्रिया योग में आगे बढने से पहले इस प्रयोग को करना जरूरी है। यह प्रयोग अपने-आप में इतना महत्वपूर्ण है, कि जीवन में आपको अन्य औषधियों की आवश्यकता पड़ ही नहीं सकती, साठ साल की उम्र में भी आप चालीस साल के दिखाई दे सकते हैं।

—और इस प्रयोग को करता हुआ व्यक्ति अपने-आप ध्यान में चला जाता है, ध्यान का मतलब है, कि आदमी अपने-आप से बाते करने लग जाय... आदमी सब कुछ कर सकता है, मगर वह अपने-आप से बातें नहीं कर सकता... और जिसने अपने आप से बात करनी सीख ली, वह अपने आप में सिद्ध योगी होता है। योग की पहिचान ही यह है, दो चीजें मिलने से ही योग होता है, अपने आप से बात करने की क्षमता को योग कहते हैं। मैं अपने-आप से आनन्दित हो रहा हूँ। कई बार मैं बम्बई में समुद्र के किनारे बैठता हूँ, और एक घंटे भर तक बैठा रहता हूँ। मुझे कोई दूसरा होश नहीं रहता है... मैं लहरों में एक विशेष नृत्य देखता रहता हूँ। वह भी अपने-आप में एक आनन्द है, जीवन की एक मस्ती है... रोग रहित जीवन बनाकर अपने-आप में खो जायें वह 'ध्यान' है।

—कोई आपको सुई भी चुभो दे और आपको एहसास तक नहीं हो, इसको ध्यान कहते हैं। मात्र आँखें बन्द करने को ध्यान नहीं कहते। अपने-आप में पूर्ण लीन हो जाना, मुग्ध हो जाना अपने-आप में, अपने-आप को मिटा देना—यह जीवन की बहुत बड़ी उपलब्धि है, यह जीवन का बहुत बड़ा आनन्द है। यदि ऐसा हो जाय, तो फिर जीवन में और चाहिए भी क्या?

हम इन तनावों से मुक्त हो सकते हैं, जितनी भी चिन्तायें हैं, परेशानियाँ हैं, उन सबसे मुक्त हो सकते हैं। जब हम चिन्ता और परेशानियों से मुक्त हो सकेंगे, तो वृद्धावस्था का प्रकोप हम पर हो ही नहीं सकेगा, क्योंकि बुढ़ापा आता है विचारों के संक्रमण से, इसलिए हम ध्यान योग की पूरी प्रक्रिया, जो कि शंकराचार्य ने पूर्ण की उसी को मैं समझा रहा हूँ।

ध्यान

'ध्यान' शब्द बना है ढाई अक्षरों से, 'प्रभु' और 'प्रेम' शब्द भी ढाई अक्षरों से ही बना है। 'ध्यान' का मतलब है—चेतना, ज्ञान, जाग्रति और 'न' का मतलब है—नहीं होना, निर्विकल्प, अर्थात् जिसको चेतना नहीं रहती, जिसके माइण्ड में तर्क और वितर्क नहीं रहते, जिसके माइण्ड में कुतर्क नहीं होते, जो किसी प्रकार का सौदा नहीं कर सकता, उसको ध्यानावस्थित कहते हैं।

ध्यान का मतलब है, कि सारी प्रतिकूल परिस्थितियों से कट जायें। इस समय हम टेंशन में हैं... और हम चाहें या नहीं चाहे हम टेंशन में रहते ही हैं। कोई इस टेंशन में है, कि चौबीस तारीख को जाना है, मगर रिजर्वेशन तो हुआ ही नहीं.... सारा हिसाब-किताब माइण्ड में चलता रहता है। कोई तुम्हें कह नहीं रहा है, कि तुम ऐसा सोचो, मगर यह ऑटोमैटिक क्रिया है, ये क्रिया हमारे जीवन के साथ है ही। व्यक्ति को सांसारिक रूप से यह सब करना पड़ता है, मगर इनसे यदि वह कट जाय, तो ध्यान है, और इसको अंग्रेजी में कहते हैं—'थॉटलेस माइण्ड' जब माइण्ड में कुछ

विचार ही नहीं हों, उसको ध्यान कहते हैं, अर्थात् अपने आप में पूर्णरूप से निमग्न हो जाना। मैं सोचता हूँ, कि यह तो अपने-आप में बहुत ही ऊँची प्रक्रिया है।

मानसिक तर्क-वितर्क, चिन्तनों और विचारों के माध्यम से ही व्यक्ति रोगी होता है, अशक्त होता है, और मृत्यु को प्राप्त होता है, इनसे हम जितने समय तक दूर रह सकें और जितने क्षण इन विचारों के बिना काट सकें, उसको ध्यान कहते हैं, और ध्यान के लिये उपनिषद में एक बहुत सुन्दर व्याख्या की गयी है। उस व्याख्या का अर्थ है--'एक दिन रात में चौबीस घंटे होते हैं, तो व्यक्ति चौबीस घंटों में नित्य तीन घंटे ध्यान लगायें।' यहाँ तीन घंटे का मतलब है–जो हमारी आयु है, उसमें तीन घंटे और जुड़ गये, क्योंकि जब व्यक्ति सक्रिय होता है, तब चिंतित होता है, जिससे वह मृत्यु की ओर अग्रसर होता है, और ध्यान में व्यक्ति सक्रिय है ही नहीं, तो जितने घंटे आपने जीवन में ध्यान लगाया, उतने ही घंटे आपके जीवन में जुड़ते गये। यदि हम नित्य अपनी आयु में पाँच घंटे जोड़ते हैं। इसका मतलब यह नहीं, कि हमारी मृत्यु होगी ही नहीं, मतलब यह है, कि हम मृत्यु को परे हटा सकते हैं।

जब नचिकेता प्रश्न करता है यम से–'मैं आप से विमुख कैसे हो सकता हूँ?''

यम उत्तर देते हुए कहते हैं–

'सः क्रियः दक्षः सः मृत्योर्वै परम पूर्णां'

हम कुण्डलिनी के माध्यम से अमृतत्व को प्राप्त करते हैं। अमृत पैदा करने के लिये कोई विशेष तरकीब नहीं है। जितने क्षण तक हम ध्यान लगाते हैं, उतने ही क्षण तक अमृत-वर्षा होती रहती है, वह अमृत ही अपने-आप में मृत्यु को पीछे हटाता रहता है।

नचिकेता ने पूछा–''मैं कितना ध्यान लगाऊं, जिसके माध्यम से मैं अमृत्यु को प्राप्त कर सकूँ?''

–''हम जीवन में चौबीस मिनट तक ध्यान लगाकर पूर्ण एक वर्ष आयु को बढ़ा सकते हैं।''

यह ध्यान की प्रक्रिया है, चौबीस मिनट तक ध्यान प्रारम्भिक स्टेज में एक महीने को पूरा करता है, मध्यम स्टेज पर छः महीने बढ़ा सकता है, पूर्ण स्टेज में पूरे एक साल की आयु वृद्धि करता है। अब इस ध्यान को प्राप्त कैसे करें, जो कि आपके लिए और प्रत्येक साधक के लिए जरूरी है, जिससे कि हम ध्यानावस्था में जा सकें।

–धारणा से ध्यान अवस्था में कैसे जायें, किस तरीके से जायें?

जब भीष्म पितामह मृत्यु शय्या पर पड़े थे, तब उन्होंने कृष्ण से कहा–'कृष्ण! मेरी मृत्यु नहीं हो सकती, क्योंकि मैं क्रिया योग के माध्यम से अमृतत्व को प्राप्त कर सका हूँ, अतः जब मैं चाहूँगा, तभी मृत्यु प्राप्त होगी। इच्छा मृत्यु की साधना मैं कर चुका हूँ।'

इच्छा मृत्यु का अर्थ है, जब हम चाहें तब मृत्यु आये। अगर हम जिन्दगी भर नहीं चाहें, तो जिन्दगी भर मृत्यु नहीं आयेगी और मृत्यु नहीं आने का मतलब है–'पूर्ण सिद्धाश्रम प्राप्ति' क्रिया योग की पूर्णता द्वारा ही सिद्धाश्रम में प्रवेश प्राप्त होता है।

ध्यान की प्रारम्भिक स्टेज धारणा है, और धारणा का तात्पर्य मैंने बताया–गुरु को अपने आज्ञा चक्र में स्थापित करना, और धारणा के माध्यम से ही ध्यान

अवस्था में जा सकते हैं। जैन धर्म में एक 'विपश्यना' साधना है, इसके बारे में आपने अखबार में बहुत पढ़ा होगा, अभी कुछ साल पहले बहुत प्रचार हुआ था, सैकड़ों शिविर लगाये गये, विपश्यना साधना के... इसके माध्यम से भी ध्यान लग सकता है, परन्तु यह बहुत लम्बी प्रक्रिया है।

—'विपश्यना का मतलब क्या है?'

—'एक मुंह देखने का शीशा है, यदि हम उसमें मुंह देखें, तो चेहरा एकदम साफ-साफ दिखाई देगा, परन्तु यदि उसके ऊपर धूल लग जाय, तो हम चेहरा साफ नहीं देख सकते। जब चेहरा साफ नहीं दिखाई देता, तब हम रूमाल से उस कांच को पोंछ देते हैं, और अपना चेहरा देख लेते हैं—इसी प्रकार मन के दर्पण को साफ करने की क्रिया को विपश्यना कहते हैं।'

हमारा मन एक कांच की तरह है, जिसमें हमारा, वास्तविक स्वरूप प्रतिबिम्बित होता है, और मन-दर्पण के ऊपर दिनभर में कई बार धूल लगती है। झूठ, छल, कपट, असत्य, व्यभिचार, गन्दी आदतें, बुरी दृष्टि——इन सबकी परत मन के दर्पण को धुंधला कर देती है। विपश्यना साधना का अर्थ है—रोज शाम को आप बैठकर उसे पोंछ दें, देखें और एहसास करें कि आज दिनभर में मैंने क्या गलतियाँ की। अपनी गलतियों का चिन्तन करें, और ऐसा चिन्तन करने का मतलब है—शीशा पोंछना। इस प्रकार से हमारी गलतियों की संख्या घटती जायेगी। फिर बाद में आप ज्यों ही गलती करेंगे, तो आपका हृदय कहेगा, कि नहीं यह गलती है, यह नहीं करना चाहिये मुझे... और जब आपकी ऐसी आदत हो जायेगी, तब शीशे पर धूल पड़ेगी ही नहीं। इस प्रकार से नित्य शीशे को साफ करने की क्रिया को विपश्यना कहते हैं, और जब तक आपके पास झूठ-छल, कपट है, तब तक आपका ध्यान नहीं लग सकता। यह ध्यान की जैन पद्धति है, जिसको विपश्यना साधना कहते हैं।

यह भी एक तरीका है, मगर यह तरीका कठिन एवं लम्बा है। इसमें तो दस साल लग सकते हैं, क्योंकि हम रोज पाप करते रहेंगे। यह कहने मात्र से क्या होगा, शीशा ही तो साफ करना है, तो कर लेंगे... पर इससे कुछ नहीं होगा। होना तो यह चाहिये, कि आप दृढ़ संकल्प करें—नहीं! अब वापिस ऐसा नहीं करना है।

सही तरीका यही है, कि हम धारणा के साथ ही ध्यान प्रक्रिया में जायें। ध्यान के माध्यम से जब गुरु स्थापित हो जाते हैं, तब हम नित्य आधा घंटा गुरु कार्य में लगा दें—जिसको गुरु सेवा कहते हैं। चौबीस घंटे में साढ़े तेईस घंटे, आपको जो कुछ करना है, करते रहिये। मगर आधा घंटा आप जरूर उस कार्य में दीजिये, जो कार्य गुरु का हो। उनके पास आने की जरूरत नहीं, उनके पैर दबाने की भी जरूरत नहीं, किन्तु यदि उनका कोई मिशन है, कोई लक्ष्य है, उसमें सहयोग दें—इसको गुरु सेवा कहते हैं। साधना, स्नान करने के बाद की जाती है, और साधना बिस्तर पर बैठे-बैठे भी की जा सकती है।

गुरु आपके आज्ञा चक्र में होंगे, तभी तो आपको एहसास होगा, कि वे जो कुछ कहें, सुन लेना चाहिए, समझ लेना चाहिए—ये सब धारणा का बेस है। अब उसमें पूर्णता देने के लिये 'समर्पण' क्रिया होनी चाहिये, और समर्पण क्रिया होती है नित्य उस गुरु पूजन के माध्यम से, जिसे आप स्नान करके कर सकें या बिना स्नान किये भी कर सकते हैं, साथ ही नित्य थोड़ा बहुत गुरु का कार्य करने की क्रिया भी—ये सभी कुछ अपने-आप में समर्पण करने की क्रिया है।

यह सब कहने का तात्पर्य यह है, कि यदि आप चाहें, तो कल से भी ध्यान प्रक्रिया में जा सकते हैं। सेवा, और सेवा के बाद समर्पण, फिर धारणा, फिर गुंजरण, और इस गुंजरण के बाद में ध्यान की स्थिति में आ सकते हैं।

धारणा का आधार मिलने के बाद में शंकराचार्य जी कहते हैं–गुंजरण क्रिया के माध्यम से ध्यान लग जाता है।

गुंजरण का मतलब है–अपने आप में इस शरीर को संगीतयुक्त बना देना, चार्ज कर देना, बिजली का प्रवाह पैदा कर देना। जब शरीर में बिजली का प्रवाह पैदा होगा, तब मन और मस्तिष्क अपने-आप में पूर्ण सक्रिय होते हुए एक ही बिन्दु पर केन्द्रित हो जायेंगे और वह केन्द्र बिन्दु है केवल आपका गुरुत्व, जिसको हमने आज्ञा चक्र कहा है।

जीवन की बहुत उच्च स्थिति है, यदि ध्यान लग जाय। पास में ढोल बजे और आपको पता नहीं चले, तो ऐसी अवस्था में पहुँचने की क्रिया को ध्यान कहते हैं... अपने आप में लीन हो जाने की क्रिया को ध्यान कहते हैं, और चौबीस मिनट ध्यान का मतलब है, पूरे एक साल की आयु वृद्धि होना, क्योंकि मृत्यु से अमृत्यु की ओर जाने के लिये यही एक प्रैक्टिकल क्रिया है। मैं आपको क्रिया योग समझा रहा हूँ, कि कैसे मृत्यु से अमृत्यु की ओर जायें?

ध्यान की दो अवस्थायें हैं–पहली अवस्था है–अलिप्त और दूसरी अवस्था है–गुंजरण।

अलिप्त का मतलब है–हम बाहरी वातावरण से कट कर बैठें। यदि हो हल्ला हो रहा है, तो आप छत पर जाकर बैठ जायें, परन्तु पूर्ण शांति नहीं मिलेगी, इसलिए ध्यान के लिये सबसे अच्छा समय बताया गया है, सुबह पांच से छः के बीच का।

यों भी हमारे शास्त्रों में धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष को पूरे चौबीस घंटों में बांधा है–

सुबह उठते ही धर्म–'धारयति सः धर्मः', जिसको हम धारण करते हैं, वह धर्म है हमारा।

अर्थ–अपनी दुकान पर या नौकरी पर जाना।

काम–रात्रि काम में प्रवृत्त होना।

मोक्ष–सुबह उठकर चिन्तन करना, कि इन सबसे मैं निर्लिप्त हूँ, यह मोक्ष की क्रिया है।

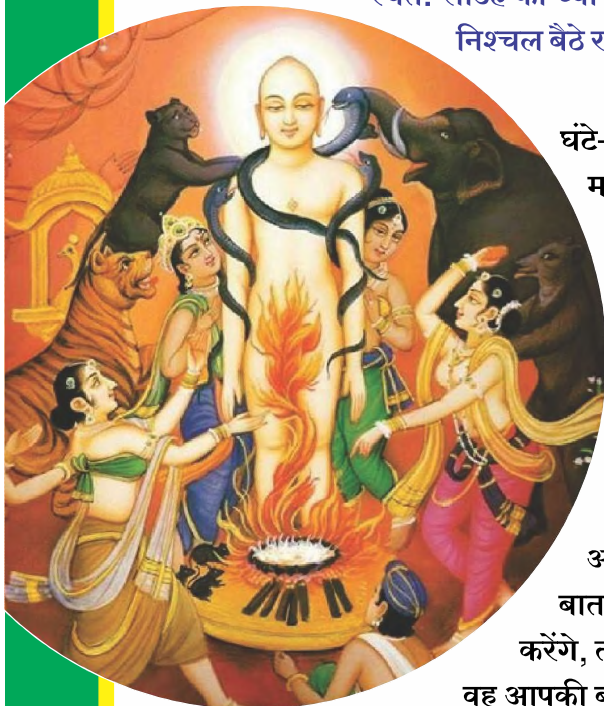
बिल्कुल शुद्ध-सात्विक वातावरण में सुबह आप छत पर बैठ जायें, पीली धोती पहिनी हुई हो, और उत्तर की ओर मुंह करके निर्लिप्त बैठें। निर्लिप्त का मतलब है, किसी से आप कनैक्टेड नहीं है उस समय।

–''उत्तर की ओर ही क्यों?''

–क्योंकि उत्तर की ओर ही हमारा हिमालय है। उत्तर की ओर ही हमारे ऋषि-मुनि, समस्त नदियों का उद्‌गम स्थल है, और सिद्धाश्रम भी उत्तर की ओर ही है, इसलिये उत्तर दिशा सभी साधकों के लिये एक श्रेष्ठतम दिशा है।

उसके बाद दूसरी अवस्था आती है–गुंजरण की। गुंजरण क्रिया का

मतलब है, कि हम अन्दर अपने शरीर में, कण-कण में गुंजरण प्रारम्भ करें। गुंजरण से विद्युत प्रवाह पैदा होगा, तपस्या का प्रभाव पैदा होगा। सोऽहं के गुंजरण से ऐसा सम्भव है, और सोऽहं की ध्वनि न केवल उच्चारण द्वारा अपितु 'शंख' के माध्यम से भी प्राप्त हो सकती है। शंख की ध्वनि और सोऽहं की ध्वनि एक समान होती है, इसलिये सबसे पहले शंख को बजाइये। जब यह गुंजरण क्रिया बाहर शंख के माध्यम से होगी, तो वही बाहरी कम्पन अन्दर प्रविष्ट होगा—यह बाहरी गुंजरण केवल शंख के माध्यम से ही प्राप्त हो सकता है, और इसके लिये कोई दूसरा तरीका है ही नहीं। उपनिषद् में बताया है, कि छः बार शंख का गुंजरण किया जाना चाहिये। कितने समय तक किया जाय? जितने समय तक आपका श्वास पर नियंत्रण है। उसके बाद शंख को अपने सामने रख दें और आन्तरिक गुंजरण प्रारम्भ करें।

—और अन्दर गुंजरण प्रारम्भ होगा सोऽहं के माध्यम से, और इस आन्तरिक गुंजरण में होठों को नहीं खोलना है। आन्तरिक रूप से मनन करना है, यह गुंजरण रोगों को समाप्त करता हुआ पूर्ण समाधि अवस्था में जाने की क्रिया होती है। यह आन्तरिक गुंजरण भी आप छः बार करें, और धीरे-धीरे आप देखेंगे, कि अनवरत रूप से स्वतः सोऽहं की ध्वनि हो रही है... और आपको अपनी चेतना का ज्ञान ही नहीं—बिना हिले डुले निश्चल बैठे रहने की क्रिया को ध्यान कहते हैं।

अब यहाँ पर एक प्रश्न पैदा होता है, कि अगर ध्यान लग गया और वापिस घंटे—दो घंटे तक चेतना आई ही नहीं, तो क्या करेंगे? इस गुंजरण क्रिया के माध्यम से जो ध्यान लगता है, वह चौबीस मिनट से ज्यादा लग नहीं सकता, वह तो समाधि अवस्था होती है जब घंटे, दो घंटे, दस घंटे तक ध्यान लगाते हैं।

आप गुंजरण करके देखें, तो पायेंगे कि पूरा दिन आपका अत्यन्त आनन्द और मस्ती के साथ व्यतीत होगा, कोई तनाव ही नहीं रहेगा। कोई प्रॉब्लम आयेगी ही नहीं, आपका दिमाग इतना स्वस्थ रहेगा कि आप तुरन्त निर्णय लेने में सक्षम होंगे। सामने वाला प्रश्न करेगा और आप तुरन्त समझ पायेंगे कि क्या प्रश्न किया है, और क्या जवाब देना है। माइण्ड अपने-आप में पूरा रिलैक्सड हो जायेगा चौबीस मिनट में—यह बहुत बड़ी बात होती है। आपके चेहरे पर एक ओज, एक चमक होगी, आप ज्योंही बात करेंगे, तो सामने वाले पर एक प्रभाव पड़ेगा—'कोई बात तो है, इसमें कुछ क्षमता है।' वह आपकी बात के लिये मना नहीं कर सकता, और यह तेज इस ध्यान के माध्यम से ही आ सकता है, यह बहुत बड़ी उपलब्धि है, रोगों को मिटाने में और शरीर को पूर्णता देने में...यह थॉटलैस माइण्ड बनाने की सीधी क्रिया है।

मैंने संक्षेप में धारणा की प्रक्रिया समझाई, और इस ध्यान की प्रक्रिया का अभ्यास निरन्तर होना चाहिये। नित्य करें, बीच में रोकें नहीं, और यह भी कोई जरूरी नहीं, कि आप चौबीस मिनट तक ही करें। चाहें पांच मिनट, दस मिनट, पन्द्रह मिनट तक ही करें, पर करें अवश्य। केवल पन्द्रह बीस दिन के अभ्यास के बाद में निरन्तर इस गुंजरण से प्राप्त आनन्द को आप एहसास करेंगे और जब अभ्यास हो जायेगा तब खाते-पीते, उठते-बैठते निरन्तर गुंजरण होता रहेगा, और यह गुंजरण ही अपने-आप में ब्रह्मत्व से साक्षात्कार की पहली सीढ़ी है।

और इसकी अन्तिम सीढ़ी है—'समाधि', जिसको क्रिया योग की उच्चतम अवस्था कहते हैं। यह सारा ही क्रियात्मक पक्ष है,

परन्तु इस निरन्तर चिन्तन प्रक्रिया के लिये उपकरण तो जरूरी है ही–धोती जरूरी है, उदात्त शंख जरूरी है, एकमुखी रुद्राक्ष जरूरी है। ये कितने जरूरी हैं इस बात का आप प्रयोग करके देखें–'आप आंच लगा दें और यदि उसके पास में बैठें, तो जरूर आपको उसकी गर्मी लगेगी, उस आंच के और अपने बीच में आप शंख रखकर बैठ जायें तो आपको एहसास होने लग जायेगा, कि मन को बाहरी वातावरण से काटने में शंख पूर्ण उपयोगी है।

प्रत्येक साधक को जो भी इस स्टेज पर जाना चाहता है, उसके लिए सोऽहं मंत्र उच्चारण शंख ध्वनि के साथ अनिवार्य है ही, क्योंकि उस वातावरण में पहुँचकर संसार से कटना जरूरी है। आप एक बाल्टी में पानी भर दीजिये जिसमें जीवाणु हों, मच्छर भरे हों, और उस पानी के सामने पांच-छः बार शंख बजाइये और फिर उसको टेस्ट करिये, उसमें पचास प्रतिशत जीवाणु समाप्त हो जायेंगे। ये तो साइन्स का जमाना है, साइन्स के हिसाब से देखिये आप।

ज्योंही आपने क्रियायोग पूर्ण किया, त्योंही सिद्धाश्रम की ओर पहला कदम बढ़ेगा। उसके बाद तो गुरु की उंगली के सहारे सिद्धाश्रम में पहुँचना है, वही सिद्धाश्रम, जिसको अपने-आप में पूर्णत्व का प्रतीक कहा गया है। जब आपने मानव शरीर प्राप्त किया है, तो इस शरीर में आप वहाँ जाकर एहसास तों करें, कि हमारे जीवन की क्या उपयोगिता है। सिद्धाश्रम जो हमारे जीवन का आनन्द है, हमारे जीवन की पूर्णता है।

क्रिया योग दीक्षा

न्यूनं पूर्णत्व प्राप्नोति,
दीक्षा ज्ञानं च यद् भवेत्।
स भवेत् पूर्ण मारोग्यं,
सिद्धिर्भवति कर्मजा।।

अर्थात् 'संसार की दुर्लभ और अत्यन्त कठिन प्रक्रिया को दीक्षा कहा जाता है, जो कि जीवन की पूर्णता का एक प्रतीक है, मानव की न्यूनता को पूर्णता में परिवर्तित करने की एक क्रिया है, उसे सिद्धाश्रम दीक्षा कहते हैं।''

इस श्लोक के अनुसार–पूर्वजों के पुण्य और स्वयं के जीवन के पुण्यों के उदय से ही ऐसे अवसर, ऐसी स्थितियाँ उत्पन्न होती हैं, जिनके माध्यम से हम इस दीक्षा को प्राप्त कर सकते हैं, और इसी के द्वारा पूर्णता और सफलता प्राप्त कर सकते हैं।

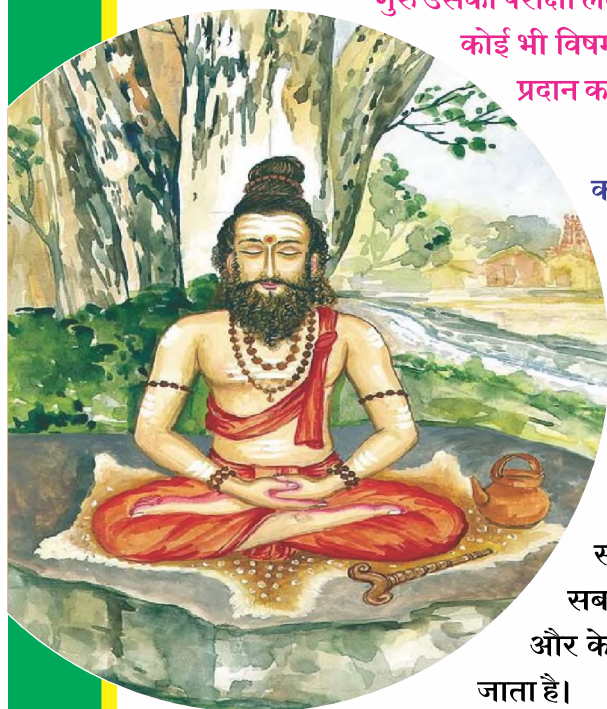
इसलिये सिद्धाश्रम की यह दीक्षा दुर्लभ तो है ही, महत्वपूर्ण भी है। इस सिद्धाश्रम दीक्षा का महत्व इसलिये है, क्योंकि क्रिया योग का समापन सिद्धाश्रम में प्रवेश द्वारा होता है।

यह दीक्षा गुरु देते हैं, जिससे कि जीवन में जल्दी से जल्दी धारणा का, ध्यान का और समाधि का समागम हो सके। जीवन में चिन्तन बन सके–और जो कुछ शिष्य अपने प्रयत्नों से प्राप्त नहीं कर सका हो, उसको भी वह प्राप्त कर सके। लेकिन इसका अर्थ यह नहीं है कि हम प्रयत्न करें ही नहीं।

कर्म के बिना कुछ भी सम्भव नहीं है।

शिष्य अपने आप में अपूर्ण होता है, अपूर्ण इसलिये, कि उसके जीवन के रास्ते उलझे हुए होते हैं। स्पष्ट रास्ता उसके पास नहीं होता, उसे यह ज्ञान नहीं होता, कि मुझे किस रास्ते पर चलना है और कहाँ तक चलना है। यदि गुरु उसको रास्ते पर खड़ा भी कर देते हैं, तो भी उसको ज्ञान नहीं होता, कि उस रास्ते पर कितना चलना है, इसलिये उसके सामने एक व्यामोह सा बना रहता है, परन्तु गुरु के सामने सब कुछ स्पष्ट होता है, वे जानते हैं, कि यह शिष्य की मंजिल है, किन्तु शिष्य की अस्पष्टता के कारण उसकी धारणा में मजबूती नहीं आ पाती, वह दृढ़ता नहीं आ पाती, जिससे एकदम से धारणा को आत्मसात कर सके, ध्यान कर सके या समाधि में जा सके, या क्रिया योग में दक्षता प्राप्त कर सके।

–फिर भी मैंने इस प्रवचन में उन स्थितियों को समझाने की कोशिश की है, जिन स्थितियों के माध्यम से आप ध्यान को, धारणा को समझ सकते हैं।

यह दीक्षा गुरु अपने शिष्य को तब देते हैं, जब उसकी सेवा और समर्पण को अपने-आप में पूर्णतः रचा-पचा लेते हैं, जब गुरु एहसास कर लेते हैं, कि अब इसकी सेवा में और समर्पण में किसी प्रकार की न्यूनता नहीं है। गुरु उसकी परीक्षा लेते हैं, उस सेवा की भी, उस समर्पण की भी, और जब एहसास कर लेते हैं, कि कोई भी विषम अवस्था अब शिष्य को इस मार्ग से हटा नहीं सकती, तो यह दीक्षा स्वतः प्रदान करते हैं।

भगवान कृष्ण सांदीपन के आश्रम में रहते हुए जंगल से लकड़ियाँ काट कर लाते, खाना बनाते और गायें चराकर लाते, तब तक उन्होंने ये कार्य किये, जब तक उनकी शिक्षा पूरी नहीं हुई, यह तो सेवा का एक रूप है। सेवा में ऐसा नहीं होता कि यह करूँगा यह नहीं करूँगा। जहाँ अहंकार है, चाहे वह धन का हो या पद का, जहाँ स्वार्थ है, जहाँ शर्त है वह सेवा नहीं हो सकती। भगवान वह सभी छोटे से छोटे कार्य किये। यद्यपि वे पूर्ण योगीश्वर थे, कृष्ण थे, जन्म के समय भी ईश्वर के पूर्ण अंश थे, परन्तु फिर भी उन्हें सेवा और समर्पण को आत्मसात करना पड़ा। जब कृष्ण पैदा हुए, तो पूतना को मार करके उन्होंने यह सिद्ध कर दिया, कि वे अपने-आप में ही सर्वशक्तिमान, समर्थवान युग पुरुष हैं। उनको सांदीपन के आश्रम में इतना सब कुछ करने की जरूरत नहीं थी, परन्तु उस स्टेज तक पहुँचने के लिये केवल और केवल रास्ता यही है–जिसको 'सेवा' कहा जाता है, जिसको 'समर्पण' कहा जाता है।

–और सांदीपन ने कहा, कि तुमको लकड़ियाँ काटकर लानी है, जिससे कि भोजन बन सके, और तुम्हें खाना बनाना है, जिससे कि सभी शिष्य खाना खा सकें, तुम्हें गाय चराने जाना है, चाहे बरसात हो, चाहे सर्दी हो या गर्मी हो। उन्होंने ऐसा किया, उन्होंने कभी यह नहीं कहा कि मैं यह नहीं कर सकता और इसलिये वे पूर्ण ज्ञान को प्राप्त कर सके, और जब वे उस क्रिया योग की अन्तिम स्टेज पर चल रहे थे, तब उनका और गुरु का एक सुन्दर वार्तालाप महाभारत में आता है। वेदव्यास ने बड़े ही सुन्दर ढंग से उस वार्तालाप को स्पष्ट किया है। इस प्रसंग पर मैं उन दोनों चिन्तनों को आपके समक्ष रख रहा हूँ–

कृष्ण कह रहे हैं–'विनम्र रूप मदियं गुरुदेव तुभ्यं'

'गुरुदेव मैंने आपके सान्निध्य में बैठकर इन मंत्र-तंत्र-यंत्र, योग, मीमांसा, राजनीति और शिक्षा को प्राप्त किया है। आपने मुझे कुण्डलिनी जागरण क्रिया दी,

आपने मुझे क्रिया योग की दीक्षा दी, आपने मुझे धारणा और समाधि की अवस्थाओं पर पहुँचाया... फिर भी मैं रिक्तता अनुभव कर रहा हूँ, ऐसा लग रहा है, कि मेरा सारा शरीर पात्र तो बना हुआ है, परन्तु वह खाली है... और इस खाली पात्र में आप कुछ ऐसा प्रदान करें, जिससे कि मैं अपने-आप में पूर्णता प्राप्त कर सकूँ, और ऐसी पूर्णता केवल आपके अनुग्रह से ही प्राप्त हो सकती है, जिससे कि मैं सिद्धाश्रम साधना को अपने-आप में समाहित करते हुए, उस दीक्षा को अपने-आप में पूर्णत: प्राप्त करते हुए उस लोक में पहुँच सकूं, जिसको सिद्धाश्रम कहते हैं।'

सांदीपन ने कहा–

मम पुत्र रूपं शिष्यं वदेयं आत्म स्वरूपं श्रीकृष्ण रूपं।
सिद्धात्मा दिव्य मदैव पूर्ण आशीर्वदे वदितं स: दीक्ष: रोपी।।

''मैं तुम्हें जरूर सिद्धाश्रम दीक्षा दूँगा, इसलिये कि तुम मेरे आत्मस्वरूप रहे हो, मेरे प्राण स्वरूप रहे हो, मेरे अत्यन्त प्रिय रहे हो, कोई और तुम्हें यह दीक्षा नहीं दे सकता, यह भी मैं जानता हूँ। तुम्हारे इस खाली पात्र को मैं भर सकता हूं क्योंकि मुझमें सामर्थ्य है... और जब मैं इस खाली पात्र को भरूँगा, तब तुम जरूर पूर्णता प्राप्त कर सकोगे।''

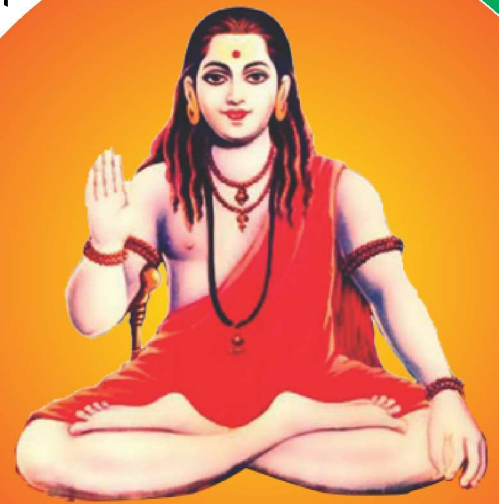
–यदि इतनी सेवा और समर्पण के बाद गुरु उस तथ्य को दे देते हैं, तब भी वास्तव में गुरु की महानता है। उसी सिद्धाश्रम की दीक्षा को जब आप प्राप्त करेंगे, तो एहसास होगा कि जरूर आपकी कई पीढ़ियों का पुण्य उदय होकर, पूंजीभूत होकर आपके सामने उपस्थित हुआ होगा, जिसकी वजह से आप इतनी महान और उच्चकोटि की दीक्षा प्राप्त कर सके।

यह सिद्धाश्रम दीक्षा दो चरणों में दी जाती है। एक इसका पूर्वार्द्ध चिन्तन होता है, और एक इसका उत्तरार्द्ध चिन्तन होता है। दोनों ही रूपों से मिलकर यह दीक्षा अपने-आप में पूर्णता प्रदान करती है। जहाँ इसका पूर्वार्द्ध चिन्तन आवश्यक होता है, वहीं इसका उत्तरार्द्ध चिन्तन भी आवश्यक है। गुरु पहले इसकी पूर्वार्द्ध दीक्षा देते हैं, और पूर्वार्द्ध दीक्षा देने के बाद वे शिष्य के चिन्तन को महसूस करते हैं। पहले अनुभव करते हैं, फिर शिष्य के चिन्तन और मनन को अनुभव करने के बाद यह एहसास करते हैं, कि उत्तरार्द्ध दीक्षा देने का समय आ गया है, कि नहीं।

इन दोनों दीक्षाओं के बीच में शिष्य की कितनी पुष्ट भावना है, अपने आप में कितना समार्थ्य है, उसको गुरु परखते हैं।

पूर्वार्द्ध के द्वारा पूर्णरूप से शिष्य को सामर्थ्यवान बनाया जाता है।

उत्तरार्द्ध में धारणा, और ध्यान और समाधि को पूर्ण रूप से शिष्य के पूरे शरीर में समायोजित किया जाता है, इसलिये उत्तरार्द्ध और अधिक महत्वपूर्ण होता है। पूर्वार्द्ध में जहाँ उसका घट तैयार होता है ज्ञान लेने के लिये, वहाँ उत्तरार्द्ध में उस घट को पूरा भर दिया जाता है।

–कृष्ण ऐसा समझ रहे थे, कि मेरा पूरा पात्र खाली है, इतना सब कुछ

आपने दिया, फिर भी मैं खालीपन महसूस कर रहा हूँ।

– यह खालीपन का एहसास उस स्थिति का द्योतक है, जहाँ अपने-आप में एक गुरु के प्रति पूर्ण चिन्तन और मनन होता है, उनके प्रति पूर्ण समर्पण और साधना होती है।

जैसा कि मैंने बताया, यह पूर्वार्द्ध अपने-आप में अपने पूरे शरीर को पात्र बनाकर उस पूर्ण ज्ञान को भरने की क्रिया का आधार है।

सुपात्र बनना बहुत कठिन है, क्योंकि यह शरीर छल, झूठ और कपट से भरा हुआ है, और इसको खाली करना बहुत कठिन क्रिया है, इसलिये इस महत्वपूर्ण चिन्तन हेतु आप तैयार हों, यह बहुत आवश्यक है।

सिद्धाश्रम साधना में इस शरीर को पूर्ण वायवीय (हल्का), बनाने की क्रिया प्राप्त होती है, जिसके माध्यम से व्यक्ति अपने सूक्ष्म मन को सिद्धाश्रम में ले जा सके या वायवीय दृष्टि से अथवा वायु के द्वारा अपने शरीर को सिद्धाश्रम ले जाने का सामर्थ्य प्राप्त कर सकें, इसलिये पूर्वार्द्ध में यज्ञोपवीत संस्कार और समस्त देवी-देवताओं की स्थापना शरीर में करने के बाद ही उसको सिद्धाश्रम साधना दी जाती है, और तत्पश्चात् ही उसको उत्तरार्द्ध दीक्षा दी जाती है।

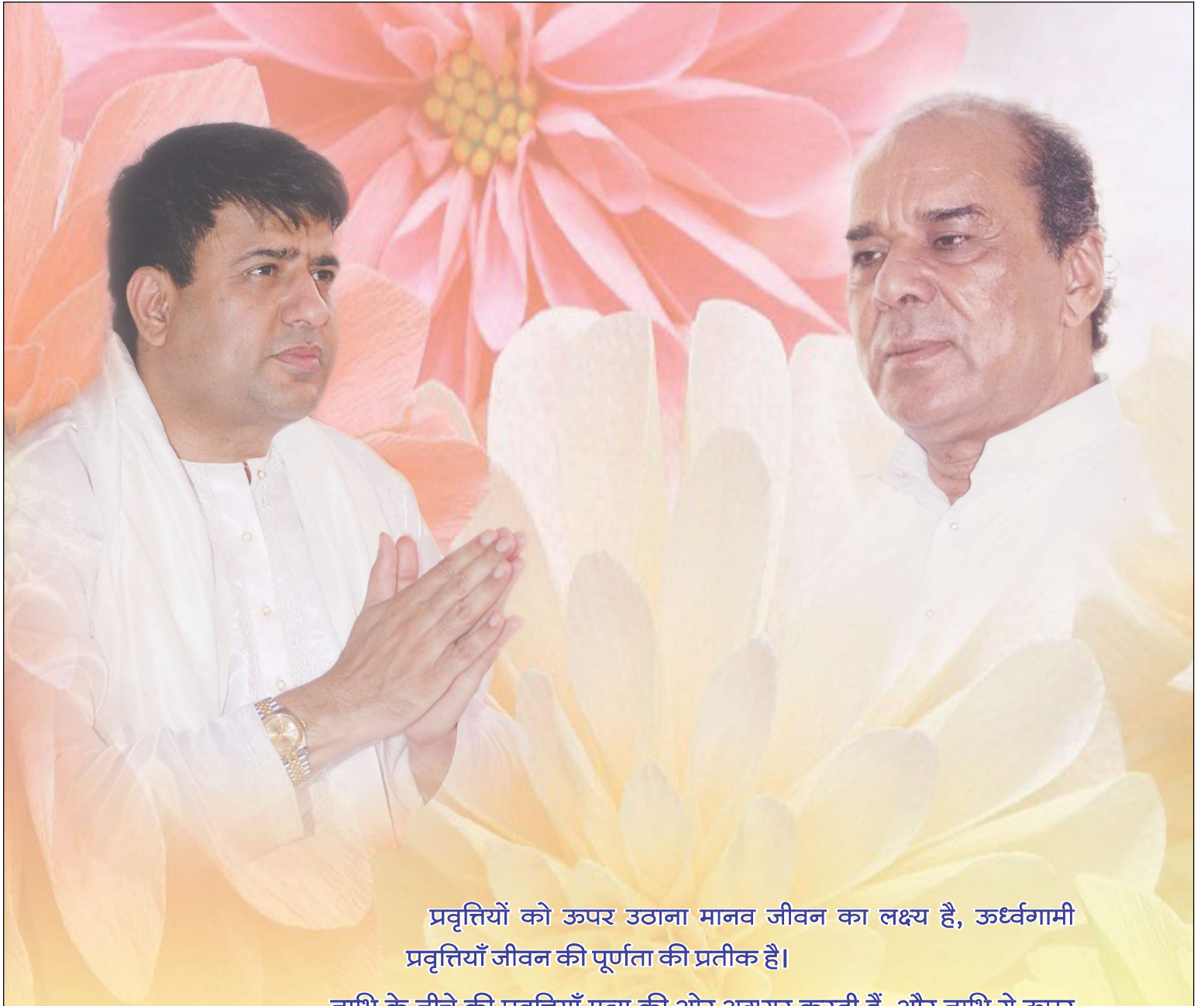
पूर्णं पूर्णवदैवरूप मचलं ज्ञानं च दिव्याम्बरं,
आत्मं वै परमं परेश परितं क्रियायोग मे वाचतं।
सिद्धं स सवितां सहेव परितं गुंजन्मितां दीर्घतां,
व्यामोहं करतं परेश परितं सिद्धाश्रमो वै नमः।।

यह एक ऐसी दीक्षा है, जिसकी प्रतीक्षा देवता और मानव, ऋषि और गन्धर्व सभी अपने जीवन में करते रहते हैं, बड़ा ही सौभाग्यदायक होता है वह क्षण, जब उन्हें यह विशिष्ट दीक्षा प्राप्त होती है, जिसको क्रियायोग दीक्षा एवं जिसको प्रारम्भिक सिद्धाश्रम दीक्षा भी कहा जाता है।

यह दीक्षा प्राप्त हो और व्यक्ति अपने ऊर्ध्वगामी प्रवृत्तियों से, ऊपर उठने वाली प्रवृत्तियों के माध्यम से सम्पूर्ण देश और विश्व का नेतृत्व करते हुए, उनका मार्गदर्शन करते हुए, अपने पूर्वजों के पुण्यों को काल के भाल पर लिखकर पूरे विश्व को बताते हुए, उस यश को प्राप्त करे, जो यश समस्त पूर्वजों के मुख को चमका देता था–यही सबसे बड़ा सौभाग्य है। ऐसे ही यश के आप भागीदार बन पायें, तभी आपका मानव जीवन सफल है।

मैंने पिछले पृष्ठों में क्रिया योग जैसे अत्यन्त जटिल और संवेदनशील विषय को जितनी भी सरलता से समझाने की कोशिश करनी चाहिये थी, वह मैंने की... जिसके अंतर्गत मैंने समझाया, कि जीवन की दो प्रवृत्तियाँ हैं–ऊर्ध्वगामी प्रवृत्तियाँ और अधोगामी प्रवृत्तियाँ।

नाभि के नीचे की जितनी भी प्रवृत्तियाँ हैं, उनके माध्यम से माया का निर्माण होता है, पुत्र होते हैं, पौत्र होते हैं, पत्नी, बन्धु-बान्धव इन सबका सम्बन्ध नाभि से नीचे की प्रवृत्तियों के संचालन से है।

नाभि के ऊपर जितने भी चक्र हैं, जितनी भी प्रवृत्तियाँ हैं, उन प्रवृत्तियों को जाग्रत करना, उत्तेजित करना, उन

प्रवृत्तियों को ऊपर उठाना मानव जीवन का लक्ष्य है, ऊर्ध्वगामी प्रवृत्तियाँ जीवन की पूर्णता की प्रतीक है।

नाभि के नीचे की प्रवृत्तियाँ मृत्यु की ओर अग्रसर करती हैं, और नाभि से ऊपर की प्रवृत्तियाँ अमृत्यु की ओर अग्रसर करती हैं।

नाभि के नीचे की प्रवृत्तियाँ आलोचना, अपयश, निन्दा, प्रशंसा, मोह, व्यामोह इन बाधाओं और विशेषताओं को जन्म देती हैं, और ऊर्ध्वगामी प्रवृत्तियाँ जीवन में पूर्णता देती हैं, सुख देती हैं, संतोष देती हैं तथा जीवन के उस आयाम को स्पर्श करने की क्रिया करती हैं, जिसको गुंजरण कहा जाता है।

जिस प्रकार से एक पुष्प को देखकर भ्रमर बराबर गुंजायमान होता रहता है, जिस प्रकार से समुद्र की ओर जाती हुई नदियाँ बराबर कलकल स्वर का गुंजरण करती हुई बढ़ती ही जाती हैं, ठीक उसी प्रकार से व्यक्ति उन ऊर्ध्वगामी प्रवृत्तियों का गुंजरण करते हुए उस सिद्धाश्रम की ओर अग्रसर होता है, जो कि जीवन की पूर्णता है।

पूज्यपाद सद्‌गुरुदेव डॉ. नारायणदत्त श्रीमाली जी
(परमहंस स्वामी निखिलेश्वरानन्द जी)

‘नारायण मंत्र साधना विज्ञान’ पत्रिका आपके परिवार का अभिन्न अंग है। इसके साधनात्मक सत्य को समाज के सभी स्तरों में समान रूप से स्वीकार किया गया है, क्योंकि इसमें प्रत्येक वर्ग की समस्याओं का हल सरल और सहज रूप में समाहित है।

व्यक्ति जब उन्नति की ओर अग्रसर होता हैं, तो शत्रु अवरोध उत्पन्न करने लगता है एवं उसकी प्रतिष्ठा से ईर्ष्याग्रस्त होकर कुछ उसके मित्र भी शत्रु बन जाते हैं और उसे सहयोग देने के स्थान पर वे भी उसकी उन्नति के मार्ग को अवरुद्ध करने के लिए प्रयासरत हो जाते हैं। ऐसे शत्रुओं से निपटने के लिए पीताम्बरा विजय सिद्धि माला को सिद्ध व प्राण प्रतिष्ठित किया गया है। इसके माध्यम से समस्त प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष शत्रु समाप्त होंगे, वहीं इस माला के प्रभाव से आपके कार्यों में भी सफलता मिलेगी, आपकी कहीं पराजय नहीं होगी। यह माला निश्चय ही उन्नति और आत्मरक्षा के लिए विशेष लाभप्रद है। समस्त प्रकार के शत्रु इसके प्रभाव से स्वत: ही शांत हो जाते हैं, सामने आने से ही कतराते हैं।

पीताम्बरा विजय सिद्धि माला

जिसके प्रभाव से शत्रु स्वतः ही शांत हो जाते हैं

धारण विधान

किसी भी मंगलवार को प्रात: अथवा रात्रि में इस माला से निम्न मंत्र का जप नीचे दी गई विधि के अनुसार करें–

बगलामुखी मंत्र

ॐ ह्लीं बगलामुखि सर्व दुष्टानां वाचं मुखं पदं स्तम्भय जिह्वां कीलय बुद्धिं विनाशय ह्लीं ॐ फट्

इस मंत्र की तीन माला जप करें। इस तरह अगले 21 दिनों तक इसी माला से नित्य 3 माला जप करता रहे। फिर इसे धारण कर लें।

नारायण मंत्र साधना विज्ञान

मासिक पत्रिका का वार्षिक मेम्बरशिप ऑफर

यह दुर्लभ उपहार तो आप पत्रिका का वार्षिक सदस्य अपने किसी मित्र, रिश्तेदार या स्वजन को भी बनाकर प्राप्त कर सकते हैं। यदि आप पत्रिका-सदस्य नहीं हैं, तो आप स्वयं भी सदस्य बनकर यह उपहार प्राप्त कर सकते हैं।

वार्षिक सदस्यता शुल्क - 405/- + 45/- डाक खर्च = 450/-, Annual Subscription 405/- + 45/- postage = 450/-

नारायण मंत्र साधना विज्ञान जोधपुर
डॉ. श्रीमाली मार्ग, हाईकोर्ट कॉलोनी, जोधपुर-342001
8890543002 0291 2432209, 0291 2432010, 0291 2433623, 0291 7960039

गोमती चक्र प्रयोग

यह प्रकृति का मानव को श्रेष्ठ वरदान है,
जिस पर कई प्रकार के तांत्रिक मांत्रिक प्रयोग सम्पन्न किए जाते हैं
यह स्वयं ही व्यापार एवं लक्ष्मी का पर्याय है
अतः प्रयेक गृहस्थ के घर में गोमती चक्र पूजा स्थान में होना
आवश्यक माना गया है

इस पर लक्ष्मी से सम्बन्धित कई प्रयोग हैं, मैं नीचे इससे सम्बन्धित प्रयोग दिया जा रहा है

साधक, वह चाहे पुरुष या स्त्री हो सोमवार को प्रातः सूर्योदय के समय इस चक्र को दूध से और फिर जल से धो कर किसी पात्र में एक किलो चावल बिछाकर उस पर गोमती चक्र को स्थापित कर लेना चाहिए और सामने दीपक लगा लेना चाहिए।

इसके बाद निम्न मंत्र की पांच मालाएं फेरनी चाहिए, इस प्रकार यह प्रयोग मात्र 14 दिन का है और इन 14 दिनों में कुल 70 मालाएं फेरने का विधान है।

इसमें मूंगे की माला का प्रयोग किया जा सकता है। यह प्रयोग और यह मन्त्र अत्यन्त महत्वपूर्ण है और इससे निश्चित अनुकूल फल प्राप्त हो जाता है। यदि किसी के जीवन में दुर्भाग्य हावी हो गया हो, या उसे जीवन में आर्थिक सफलता नहीं मिल रही हो या उसे व्यापार में अनुकूलता प्राप्त नहीं हो रही हो तो ऐसे व्यक्ति को यह साधना अवश्य ही सम्पन्न करनी चाहिए, यह साधना सरल और लघु होने के साथ-साथ निश्चित एक श्रेष्ठ फलदायक है।

मंत्र

ॐ ह्रीं महालक्ष्मीं श्रीं स्थिरलक्ष्मी
ऐं ममगृहे आगच्छ आगच्छ स्वाहा

जब 14 दिन पूरे हो जाय तो इस प्रकार के गोमती चक्र को अपने पूजा स्थान में या दुकान में स्थापित कर देना चाहिए, जिससे कि उसे जीवन में सभी दृष्टियों से पूर्ण सफलता मिल सके।

साधना सामग्री- 500/-

08.11.22
या
20.11.22

हर मन में अनेकों कामनाएं होती हैं

कामनापूर्ति से ही जीवन में गति आती है

चन्द्रग्रहण पर सम्पन्न करें

सोम अमृत प्रयोग

जो मानव-मन की मनोकामना पूर्णता साधना है

चन्द्रग्रहण के समय साधना सम्पन्न करने पर व्यक्ति अपनी बाधाओं, समस्याओं और परेशानियों से हमेशा के लिए छुटकारा पा सकता है क्योंकि समय का अपने-आप में विशेष महत्व होता है और इस दिन का भलीभांति उपयोग कर वह अपने लिए सफलता के द्वार खोल देता है

समय का चक्र सदैव गतिशील है, इसकी गति अबाध है। मानव ने समय को पहिचाना और इसकी गति के साथ मिलकर चलने का प्रयास किया। कभी-कभी मानव की गति समय से तेज प्रतीत होती है, तो कभी धीमी। अपने चिंतन को थोड़ा विस्तार देकर ध्यान से देखें, तो स्पष्ट होगा कि समय की गति के कारण मानव का जीवन समय की विभिन्न दो अवस्थाओं से प्रभावित होता है, ये दो अवस्थाएं हैं - दिन और रात, जीवन और मृत्यु, सुख और दुःख, सम्पन्नता और दैन्यता।

'रात', 'दुःख', 'दैन्यता' और 'मृत्यु' से मानव जीवन में असीम वेदना से भरे क्षण होते हैं। ऐसी अवस्था में आवश्यक है, कि वह व्यक्ति दृढ़ता, धैर्यता और सुविचारों का सहारा लेकर समय की दूसरी अवस्था 'दिन', 'सुख', 'सम्पन्नता' और 'जीवन' को स्थायी रूप से प्राप्त करने का प्रयास करे।

इन्हें प्राप्त करने के लिए प्रत्येक व्यक्ति प्रयत्न करता ही है और दुःख व दैन्यता जैसे पथरीले रास्तों को पार करने की कोशिश करता है। अपने प्रयास में सफल व्यक्ति को जब राजमार्ग प्राप्त हो जाए, तो उसे प्रयास कर इसी मार्ग पर ही चलना चाहिए, किन्तु इस बात को कहना जितना सहज है, उससे कहीं ज्यादा कठिन है इसको कर दिखाना, क्योंकि कभी-कभी ऐसे क्षण भी सामने आ जाते हैं, जब एक सबल सहारे की आवश्यकता पड़ती है, जो उसे दृढ़ता से खड़ा रखते हुए राजमार्ग पर अग्रसर कर सके।

और यह सबल अवलम्बन केवल और केवल मात्र सद्गुरु के रूप में ही प्राप्त होता है, वे जीवन के मार्ग से परिचित हैं, क्योंकि उन्होंने इस रास्ते को पार किया है। सद्गुरु के पास साधना रूपी ऐसी शक्ति होती है, जिसे वे अपने शिष्यों को प्रदान कर उसका मार्ग निष्कण्टक बनाते हैं। साधना की क्रिया-पद्धति, विधि-विधान के बारे में पूर्ण जानकारी तो वही व्यक्ति दे सकता है, जिसने उसे परखा हो और उसमें सफलता अर्जित की हो।

गुरु किसी व्यक्ति का नाम नहीं होता; गुरु का अर्थ है - 'ज्ञान' और जो ज्ञान दे सके, वही गुरु है।

ऐसा समझ लीजिये कि यह पत्रिका ही आपकी गुरु है, जो समय-समय पर आपको दिशा-निर्देश देती रहती है और विभिन्न साधनाओं के माध्यम से यह बताती रहती है कि किस प्रकार अपने जीवन की कमियों को, न्यूनताओं को और अभावों को दूर किया जा सकता है।

गुरु परम्परा द्वारा प्रदत्त यह लघु ''सोम अमृत प्रयोग'' अपने-आप में अनन्त संभावनाओं को समेटे है। लघु होते हुए भी अपने-आप में असीम विराटता को संजोये हुए हैं।

सोम का अर्थ है -
चन्द्रमा, कपूर, शिव, जल, वायु, हवा और अमृत

जो इस प्रयोग को सम्पन्न कर लेता है, वह लम्बी आयु प्राप्त कर अपनी इच्छाओं की, जिन्हें इच्छाएं न कह कर जीवन की आवश्यकताएं कहें, तो ज्यादा उचित रहेगा, की पूर्ति कर लेता है . . .और जब ऐसा होता है, तो उसका दु:खी, मृतवत् जीवन जीवंतता में बदल जाता है, उसे जीवन को भली प्रकार से जीने की कला आ जाती है; एक नया चिन्तन, विचार, धारणा स्वत: ही उसका मार्ग प्रशस्त करती रहती है, वह जैसा चाहे वैसा करके अपने जीवन की हर परेशानी से, बाधा से और तनाव से मुक्ति प्राप्त कर लेता है।

मानव का अर्थ है – जीवन को उन्नति की ओर अग्रसर करना, ऊंचाई की ओर उठाना, एक श्रेष्ठ जीवन का निर्माण करनाऔर अपने चरम लक्ष्य को प्राप्त कर लेना...

और यह प्रयोग इसी कार्य की पूर्ति हेतु दिया जा रहा है, जो इस प्रकार है -

प्रयोग विधि

1. साधकों को चाहिए कि ये साधना सामग्री **सोम यंत्र** एवं ***अमृतेश माल्य*** जो कि मंत्र चैतन्य हो, पहले से ही मंगवाकर रख लें।
2. इस प्रयोग को 08.11.22 को अथवा किसी भी माह में पड़ने वाले **अमृत सिद्धि योग** के दिन सम्पन्न करें।
3. यह प्रयोग प्रात: या सायं कभी भी सम्पन्न किया जा सकता है।
4. साधकों को चाहिए कि वे स्नान कर, शुद्ध व स्वच्छ हो, पूजागृह में बैठ जायें।
5. पूर्व या उत्तर दिशा की ओर मुँह करके बैठे।
6. पीले आसन का उपयोग करें।
7. पीली धोती तथा ऊपर से गुरु चादर ओढ़ लें।
8. किसी बजोट पर पीले वस्त्र को बिछा दें तथा बायीं ओर जल से भरा कलश स्थापित कर, उसके ऊपर एक नारियल को मौली से बांध कर, कुंकुम व अक्षत चढ़ा कर स्थापित कर दें।
9. इसके पश्चात् 'यंत्र' को बजोट पर स्थापित कर उसके ऊपर **'अमृतेश माल्य'** को रख दें।
10. फिर हाथ में जल लेकर, मनोकामना की पूर्ति के लिए प्रार्थना कर जल को भूमि पर छोड़ दें।
11. फिर गुरु यंत्र व चित्र का पूजन कर 4 माला गुरु मंत्र जप करें।
12. पूजन के बाद हाथ जोड़कर गुरुदेव से साधना में सिद्धि की प्राप्ति हेतु प्रार्थना करें।
13. फिर भूमि पर थोड़ा-सा जल गिरा दें।
14. इसके पश्चात् सोम यंत्र और अमृतेश माल्य को दोनों हाथों में रखकर **मूल मंत्र का 1 घण्टे तक जप करें -**

मंत्र

।। ॐ श्रीं सोमस्ते मनस: कामं श्रीं नम:।।

15. मंत्र जप के समाप्त होने पर गुरु आरती करें तथा अमृतेश माला धारण कर लें। पन्द्रह दिन के बाद समस्त सामग्री को नदी या कुएं में प्रवाहित कर दें। इन पन्द्रह दिनों में नित्य प्रात: 5 मिनट उपरोक्त मंत्र का जप करते रहें।
16. यथासंभव साधना काल में मौन रहने का प्रयास करें, गुरु के प्रति तथा मंत्र के प्रति पूर्ण श्रद्धा और विश्वास रखें।

यह प्रयोग अकाल मृत्यु भय, दरिद्रता निवारण, राज्य बाधा, सामाजिक बाधा व पारिवारिक उलझनों को समाप्त करने वाला एक लघु प्रयोग है, जो लघु होते हुए भी प्रभाव में विशाल है।

साधना सामग्री (यंत्र व माला) - 500/-

मनोकामना सिद्धि प्रयोग

यह मनोकामना सिद्धि प्रयोग सद्गुरुदेव ने बताया है जो कि अत्यन्त ही विशिष्ट प्रयोग है,

जिस प्रयोग को सम्पन्न करने से साधक की निम्न मनोकामनाएं पूर्ण होने का मार्ग प्रशस्त होता है

- कर्ज से मुक्ति का मार्ग खुलना
- पुत्र/पुत्री का विवाह सम्पन्न होना
- रोग से मुक्ति होना
- रुका हुआ पैसा प्राप्त होना
- व्यापार में वृद्धि होना
- गृहस्थ जीवन में अनुकूलता प्राप्त होना और
- जीवन में सभी प्रकार से उन्नति होना

उपरोक्त में से जिस भी कार्य के लिए संकल्प लेकर यह प्रयोग सम्पन्न किया जाता है। शीघ्र ही उसमें सफलता मिलती है। आने वाले ग्रहण काल में या 20.11.22 को इस प्रयोग को अवश्य सम्पन्न करें, जिससे शीघ्र सफलता प्राप्त हो सके।

प्रातःकाल पीले आसन पर पीली धोती पहन कर उत्तर दिशा की ओर मुंह कर बैठ जाएं। फिर सामान्य रूप से **मनोकामना यंत्र** किसी ताम्र पात्र में फूल की कुछ पंखुड़ियां रखकर स्थापित कर दें। फिर उसका सामान्य पूजन कुंकुम, अक्षत एवं पुष्प से करें फिर **गुरु माला** से 5 माला गुरु मंत्र जप करें। फिर उस यंत्र को धागे में डालकर गले में

मंत्र : ।। ॐ श्रीं ह्रीं ह्लीं सर्व सिद्धिं दं ह्लीं ह्रीं श्रीं नमः।।

मंत्र जप पूरा होने पर सिद्ध यंत्र को गले में ग्यारह दिन तक पहने रहें। माला को पूजा स्थान में रखें और नित्य 11 दिनों तक एक माला जप करते रहें। निश्चय ही कुछ ही समय में उसकी मनोकामना पूर्ण होती है और अनुकूल समाचार प्राप्त होते हैं।

साधना सामग्री- 660/-

।। भ्रं भ्रं भ्रं भैरवाय नमः ।।

गृहस्थ प्रयोग

दक्षिणोन्मुखी भैरव प्रयोग

जो कलियुग में रक्षाकारक,
विघ्नविनाशक देव के रूप में जन-जन में विख्यात हैं...

मंगलकारक देव भैरव अग्र-पूज्य देव के रूप में सर्वपूजित हैं....

जो सम्पूर्ण जीवन की सुदर्शन चक्र की तरह रक्षा करते हैं।

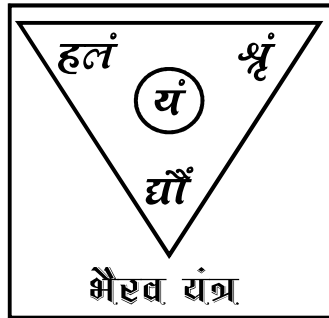
किसी कार्य को प्रारम्भ करने से पूर्व जिस प्रकार गणपति का स्मरण किया जाता है, उसी प्रकार भैरव भी अग्रपूज्य देव के रूप में पूजित हैं। यदि आप किसी गांव में चले जायें, वहाँ भैरव का मन्दिर तो आपको अवश्य ही दिखाई दे जायेगा, क्योंकि भैरव विघ्नविनाशक देव के रूप में जन-जन में विख्यात हैं। कैसा भी संकट हो पल भर में ही भैरव अपने भक्त को उससे उबार देते हैं, तभी तो हजारों लोगों का विश्वास उनसे जुड़ा है। आज शहरों में भी जगह-जगह भैरव मंदिरों की स्थापना की जा रही है। कैसा भी कार्य हो—भवन निर्माण, व्यापार-वृद्धि, यज्ञ आदि इनको करने से पूर्व भैरव पूजन अवश्य किया जाता है, जिससे कि उस कार्य में किसी भी प्रकार की कोई बाधा या विघ्न उपस्थित न हो सके, क्योंकि भैरव रक्षाकारक देव माने जाते हैं।

जब जीवन ज्यादा कठिन और दुर्बोध बन जाय, पग-पग पर कठिनाई आने लगे, अकारण ही शत्रु पैदा होने लगें, शरीर रोगग्रस्त हो जाय, ऋण नहीं उतर पा रहा हो, समस्त प्रकार के उपद्रवों की शान्ति के लिए यह 'भैरव प्रयोग' इस कलियुग में अत्यंत महत्वपूर्ण और आवश्यक माना गया है, जो शीघ्र फलप्रद होता ही है।

हम जिस युग में सांस ले रहे हैं, वह संघर्ष, स्वार्थ, छल, प्रतिस्पर्धा तथा येन-केन-प्रकारेण अपने अस्तित्व को बनाये रखने का युग है, मनुष्य के पास इतना भी समय नहीं है, कि वह कुछ सोच-विचार कर सके, कुछ क्षणों के लिए मानस में यह चिन्तन आता भी है, कि क्या हमारे जीवन का यही ज्ञेय-प्रेय है, क्या इसी तरह दुःखों को भोगते हुए मृत्यु की गोद में सो जाना है?

इन्हीं प्रश्नों का समाधान है—'दक्षिणोन्मुखी भैरव साधना', जिसे सम्पन्न कर व्यक्ति अपने जीवन में आने वाली हर बाधा या अड़चन का सामना दृढ़ता के साथ कर पाता है, वह समय की चुनौती को स्वीकार कर ऊर्ध्वगामी जीवनयापन करता है, क्योंकि जब किसी प्रकार का भय व्याप्त नहीं होगा और न ही किसी प्रकार का उपद्रव या बाधा आयेगी, तो साधक को हर कार्यक्षेत्र में पूर्ण सफलता प्राप्त होगी ही, अतः जो बुद्धिमान व्यक्ति होते हैं, वे भैरव प्रयोग को अवश्य ही सम्पन्न करते हैं और अपने जीवन का भाग्योदय कर लेते हैं तथा निरन्तर उन्नति की ओर अग्रसर होते रहते हैं।

शत्रु और बाधा कोई भी छोटी या बड़ी नहीं होती, वह तो हर रूप में विशालकाय ही होती है, परन्तु भैरव प्रयोग सम्पन्न कर आत्मविश्वास द्वारा उस पर विजय प्राप्त की जा सकती है। जीवन जीना वास्तव में तलवार की धार पर चलने के समान है और गृहस्थ व्यक्ति के लिए तो परेशानियों का अंत ही नहीं रहता, इन परिस्थितियों से गुजरते हुए यदि व्यक्ति कुछ विशेष करके दिखाता है, तो वास्तव में ही उसका जीवन धन्य है। कहते हैं—आपदाएँ-विपदाएँ कभी निमंत्रण देकर नहीं आतीं, इनसे छुटकारा पाने का सर्वोत्तम उपाय दक्षिणोन्मुखी भैरव प्रयोग ही है।

गुरु गोरखनाथ, शंकराचार्य, अवधूतानन्द आदि ने इस प्रयोग को सम्पन्न किया था और वे अपने जीवन को सुरक्षित रख पाये, जब भयंकर से भयंकर स्थिति में भी किसी कार्य की पूर्णता हेतु कोई मार्ग नहीं दिखता, तो इस प्रयोग को सम्पन्न करने पर वे अवरोध समाप्त हो जाते हैं, जो उस कार्य की सिद्धि के लिए बाधक होते हैं; इस प्रकार चौबीसों घंटे इनकी सुरक्षा बनी रहती है।

यह दक्षिणोन्मुखी भैरव प्रयोग सुदर्शन चक्र की भांति ही रक्षक बनकर साधक के जीवन को सुरक्षा प्रदान करता है, यह प्रयोग अपने-आप में अत्यंत अद्भुत एवं शीघ्र फलदायक है।

कलियुग में जितना तीव्र प्रभावकारी यह प्रयोग है उतना कोई दूसरा है ही नहीं। इसके द्वारा जीवन का प्रत्येक पहलू आसानी से सुलझाया जा सकता है, यदि किसी व्यक्ति का व्यापार नहीं चल रहा हो, नौकरी नहीं लग रही हो, कर्जा उतारना हो, रोग से मुक्ति नहीं मिल रही हो, मुकदमे में हार का सामना करना पड़ रहा हो, कोई यज्ञ या अनुष्ठान कार्य सम्पन्न करना हो इत्यादि समस्याओं के समाधान हेतु यह प्रयोग अत्यन्त सहायक एवं लाभकारी है। यह प्रयोग समस्याओं और विपत्तियों से छुटकारा पाने के लिए अमोघ औषधियुक्त है, इसलिए घर के प्रत्येक कलह, द्वन्द्व, लड़ाई-झगड़े आदि को दूर कर सुख-शांति का साम्राज्य स्थापित करने के लिए इस साधना को सम्पन्न करना चाहिए; चाहे वह व्यक्ति वृद्ध हो, बालक हो, स्त्री हो, पुरुष हो; कोई भी इस प्रयोग को सम्पन्न कर जीवन भर सुरक्षित बना रह सकता है।

बड़े-बड़े तांत्रिकों, अघोरियों, साधु-संन्यासियों, योगियों ने इस प्रयोग को किया है और बार-बार करते रहते हैं, जिससे कि कभी भी उन्हें किसी भी प्रकार की बाधा से जूझना न पड़े, अड़चनों का मुंह न देखना पड़े। सर्वथा पहली बार यह प्रयोग गृहस्थ साधकों के लिए यहाँ दिया जा रहा है, जिससे कि वे भी इसके महत्त्व को भली प्रकार समझकर अपनी सुरक्षा आप कर सकें।

भयमीरयित्वा अवतीति भैरवः

यह 'दक्षिणोन्मुखी भैरव प्रयोग' सुदर्शन चक्र की भांति ही जीवन को सुरक्षा प्रदान करने वाला अद्वितीय एवं तीव्र प्रभावकारी है, जो....

साधना विधान

1. इस प्रयोग के लिए 'महाभैरव यंत्र' जो भैरव मंत्र के दिव्य मंत्रों से अनुप्राणित हो, 'तांत्रोक्त नारियल', तीन 'काल गुटिका' तथा सरसों के दाने, काली मिर्च, आम की सूखी लकड़ी, घी, सिन्दूर, हवन-सामग्री साधना से पूर्व ही एकत्रित करके रख लें।
2. गुरुवार, मार्ग शीर्ष कृष्ण पक्ष 16.11.22 काल भैरवाष्टमी के दिन इस प्रयोग को करें, यदि किसी कारणवश इस अवसर पर प्रयोग न कर पायें, तो किसी भी सिद्ध योग के दिन इस प्रयोग को सम्पन्न कर सकते हैं।
3. रात्रि 10.00 से 12.00 बजे के मध्य प्रयोग करें।
4. इस साधना में दक्षिण दिशा की ओर मुंह करके काले आसन पर बैठें, काली धोती पहिन कर गुरु चादर ओढ़ लें, सामने एक छोटी-सी चौकी पर चावल की ढेरी बनाकर 'महाभैरव यंत्र' स्थापित कर दें।
5. यंत्र स्थापित करने के बाद उसके सामने ही चावलों की तीन ढेरी और बनायें, उस पर तीनों 'काल गुटिकाओं' को स्थापित कर दें, ये गुटिकायें 'अकाल मृत्यु', 'राज्य भय' और 'शत्रु भय' निवारक हैं।
6. फिर 'ॐ सर्व भयनाशाय भं नमः' इस मंत्र का उच्चारण करके यंत्र पर तथा उन तीनों गुटिकाओं पर कुंकुम का तिलक करें।
7. अक्षत

   निम्न संदर्भों को बोलकर यंत्र पर धीरे-धीरे चावल छिड़कें–

   ॐ अकाल मृत्युहराय नमः

   ॐ सर्वविघ्नोपशान्ताय नमः

   ॐ दुरित नाशाय नमः

   ॐ भवभीतिहराय नमः

   ॐ शान्तोपद्रवाय नमः

   इसके बाद हाथ के सभी चावलों को यंत्र पर चढ़ा दें।
8. पुष्प-इसके बाद यंत्र पर पुष्पों की वर्षा करें और अपने सुख-सौभाग्य की कामना करें–

   ॐ भैरवाय नमस्तुभ्यं सर्वसौभाग्यदायिने।
   पुष्पांजलिर्मया दत्ता स्वीकुरुष्व दयार्णव।।
9. नमस्कार-दोनों हाथ जोड़कर भैरव को नमस्कार करें–

   ॐ तीक्ष्णदंष्ट्रमहाकाय कल्पान्तदहनोपम।
   भैरवाय नमस्तुभ्यं सर्व कायार्थ सिद्धिदः।।
10. इसके बाद एक छोटा-सा हवन-कुण्ड बनाकर उसमें आम की सूखी लकड़ी जलायें। हवन-सामग्री में घी मिला दें तथा निम्न मंत्र बोलकर 108 आहुति भैरव के नाम से दें–

    ।। ॐ भं भैरवाय नमः ।।
11. अन्त में 5 आहुति काली मिर्च की तथा 11 आहुति सरसों की दें, फिर 'तांत्रोक्त नारियल' को सिन्दूर से रंग कर उस पर मौली बांध दें तथा 21 बार मूल मंत्र को पढ़कर आहुति दें।
12. इसके बाद दस मिनट तक मूल मंत्र का खड़े होकर एकाग्रचित्त व शुद्ध मन से जप करें–

    मूल मंत्र

    ।। ॐ भ्रं भ्रं भ्रं भैरवाय नमः।।
13. मंत्र-जप के पश्चात् यंत्र एवं गुटिकाओं तथा अक्षत, पुष्प आदि को नदी में विसर्जित कर दें।
14. घर आकर हाथ-पैर अच्छी तरह से धो लें तथा किसी काले कुत्ते को एक रोटी खिला दें।

मृत्यु भय, राज्य भय, भूत-प्रेत भय तथा अन्य किसी प्रकार के भय को समाप्त करने के लिए यह प्रयोग अपने-आप में अद्वितीय एवं प्रामाणिक है। गृहस्थ होने के कारण इस प्रयोग को यथा अवसर करते रहना चाहिए, क्योंकि विघ्न जीवन में आपातत: कभी भी आ सकते हैं, और आते ही हैं; जिनको आप इस प्रयोग के माध्यम से दूर कर विजय श्री प्राप्त कर सकते हैं।

साधना-सामग्री (यंत्र, नारियल, गुटिका)-
न्यौछावर-550/-

सर्वसाधारण के लिए

हल्दी के गुणों की जानकारी

हल्दी के बारे में न जानने वाला हम और आप में से शायद ही कोई होगा। हल्दी एक बहुउपयोगी वस्तु हैं। ये न केवल एक मसाला है, बल्कि इसमें कई औषधीय गुण भी है। और सौन्दर्य प्रसाधनों में भी इसका इस्तेमाल किया जाता है। इसमें विद्यमान बहुसंख्यक गुणों के कारण इसको एक बहुउपयोगी द्रव्य के रूप में लिया जाता है।

वर्णन : हल्दी को संस्कृत में हरिद्रा, पीता, युवती, कांचनी मेहहनी, गौरी इत्यादि नाम से पुकारा जाता है। हिन्दी में इसको हल्दी बोलते है और इसका लैटिन नाम Curcuma Longa है और अंग्रेजी में Turmeric।

हल्दी के पौधे छोटे, कोमल और वर्षजीवी होते हैं। इसके पत्ते बहुत बड़े-बड़े होते हैं। इस वृक्ष की जड़ों में जमीन के अन्दर हल्दी की गठानें लगती हैं। ये गठानें पीले रंग की होती हैं। हल्दी मसाले के तौर पर सारे भारतवर्ष में उपयोग में ली जाती है।

आयुर्वेदिक मत से हल्दी चटपटी, कड़वी, सौन्दर्यबर्द्धक, उष्ण, रूखी, शोधक और स्त्रियों के लिए भूषण है। यह कफ, वात, रूधिर दोष, कोढ़, खुजली, प्रमेह, त्वचा के दोष, घाव, सूजन, पाण्डुरोग, कृमि, विष, पीनस, अरुचि, पित्त और अपचन को दूर करने वाली होती है।

अत: आइये और जानते हैं हल्दी के प्रयोग से हमारे शरीर में क्या-क्या फायदा हैं -

दाग-धब्बों और झाइयां हटाने में हल्दी का कोई सानी नहीं। हल्दी और दूध से बना पेस्ट भी त्वचा का रंग निखरने और चेहरे को खिला रखने के लिए बहुत असरदार होता है।

मजबूत इम्यून सिस्टम - शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता में इजाफा करती है - **हल्दी**। इससे शरीर कई बीमारियों से बचा रहता है। हल्दी में पाया जाने वाला 'लिपोपोलिसेकराईड' तत्व हमारे इम्युन सिस्टम को मजबूत बनाकर बीमारियों से हमारी रक्षा करता है साथ ही इसमें एंटी बैक्टीरियल, एंटी वायरल और एंटी फंगल गुण भी विशेष रूप से पाए जाते हैं।

पेट की समस्याओं में लाभकारी - मसाले के रूप में प्रयोग की जाने वाली हल्दी का सही मात्रा में प्रयोग पेट में जलन एवं अल्सर की समस्या को दूर करने में बहुत ही लाभकारी होता है। हल्दी का पीला रंग 'कुरकमिन' नामक अवयव के कारण होता है और यही चिकित्सा में प्रभावी होता है। चिकित्सा क्षेत्र के मुताबिक 'कुरकमिन' पेट की बीमारियों जैसे जलन एवं अल्सर में काफी प्रभावी रहा है।

दंत रोगों में गुणकारी - दांतों को स्वस्थ और मसूड़ों को मजबूत बनाने के लिए हल्दी का प्रयोग करें। इसके लिए थोड़ी सी हल्दी, नमक और सरसों का तेल लेकर मिला लें। अब इस मिश्रण से दांतों और मसूड़ों में अच्छे से मसाज करें। इस उपाय से सूजन दूर होती है और दांत के कीड़े खत्म हो जाते हैं।

हल्दी और दूध का प्रयोग - दमा से लेकर ब्रोंकाइटिस जैसे रोग, हल्दी एंटी माइक्रोवियल है इसलिए इसे गर्म दूध के साथ लेने से दमा, ब्रोंकाइटिस, फेफड़ों में कफ और साइनस जैसी समस्याओं में आराम हो सकता है। यह बैक्टीरियर और वायरल संक्रमणों से लड़ने में मददगार है।

वजन घटाने में फायदेमंद - गर्म दूध के साथ हल्दी के सेवन से शरीर में जमा फैट्स घटता है। इसमें मौजूद कैल्शियम

और मिनिरल्स सेहतमंद तरीके से वजन कम करने में मददगार है।

अच्छी नींद के लिए हल्दी में अमीनो एसिड है इसलिए दूध के साथ इसके सेवन के बाद नींद गहरी आती हैं अनिद्रा की दिक्कत हो तो सोने से आधे घंटे पहले गर्म दूध के साथ हल्दी का सेवन करें।

दर्द में आराम – हल्दी वाले दूध के सेवन से गठिया से लेकर कान दर्द जैसी कई समस्याओं में आराम मिलता है। इससे शरीर का रक्त संचार बढ़ जाता है जिससे दर्द में तेजी से आराम होता है।

खून और लिवर की सफाई–आयुर्वेद में हल्दी वाले दूध का इस्तेमाल शोधन क्रिया में किया जाता है। यह खून में टाक्सिंस दूर करता है और लिवर को साफ करता है। पेट से जुड़ी समस्याओं में आराम के लिए इसका सेवन फायदेमंद है।

मजबूत हड्डियां – दूध में कैल्शियम अच्छी मात्रा में होता है और हल्दी में एंटी ऑक्सीडेट्स भरपूर होते हैं इसलिए इनका सेवन हड्डियों को मजबूत करता है। रात को सोते समय हल्दी की एक इंच लंबी कच्ची गांठ को एक गिलास दूध में उबालें। थोड़ा ठण्डा होने पर इसे पी लें। ऑस्टियोपोरोसिस जैसे रोगों का खतरा कम होता है।

गठिया का इलाज – हल्दी इन रोगों के इलाज के लिए अनूठा घरेलू प्राकृतिक उपाय है। सुबह खाली पेट एक गिलास गर्म दूध में एक चम्मच हल्दी मिलाकर पीने से गठिया के दर्द में राहत मिलती है।

गुमचोट के इलाज में सहायक – एक गिलास गर्म दूध में एक टी स्पून हल्दी मिलाकर पीने से चोट के दर्द और सूजन में राहत मिलती है। चोट पर हल्दी और पानी का लेप लगाने से आराम मिलता है। आधा लीटर गर्म पानी, आधा चम्मच सेंधा नामक और एक चम्मच हल्दी डाल कर अच्छी तरह मिलाएं। इस पानी में एक कपड़ा डाल कर निचोड़ लें चोट वाली जगह पर इससे सिकाई करें।

अंदरूनी चोट में सहायक – चोट लगने पर हल्दी बहुत फायदा करती है। मांसपेशियों में खिंचाव होने पर या अंदरूनी चोट लगने पर हल्दी मिला गर्म दूध पीने से दर्द और सूजन में तुरंत राहत मिलती है। चोट पर हल्दी और पानी का लेप लगाने से भी आराम मिलता है।

खाँसी में राहत – खाँसी में हल्दी की गाँठ का इस्तेमाल करें। अगर एकदम से खाँसी आने लगे तो हल्दी की एक छोटी गांठ मुँह में रखकर चूसें इससे खाँसी नहीं आएगी। खाँसी के साथ कफ की समस्या होने पर एक गिलास गर्म दूध में एक चौथाई चम्मच हल्दी मिलाकर पीना फायदेमंद है। हल्दी सेंक कर पीस कर रख लें। इसकी आधी चम्मच, एक चम्मच शहद में मिला कर दो बार चाटे। इससे दमा, खाँसी में लाभ होता है।

गैस – पेट में जब वायु एकत्रित हो जाती है तो बड़ा दर्द होता है। ऐसी स्थिति में पिसी हुई हल्दी और नमक गर्म पानी में ले, तुरन्त लाभ होगा।

प्रसव कष्टप्रद – होता हो तो 6 ग्राम हल्दी (पिसी हुई) दूध में मिलाकर सुबह-शाम कुछ दिन नवें महीने में पिलायें।

रक्तस्राव – अगर जोंक काटे स्थान से रक्त बह रहा हो तो सूखी पिसी हुई हल्दी भर दें। रक्तस्राव बन्द हो जाएगा।

मुँह में छाले – 15 ग्राम पिसी हुई हल्दी एक किलो पानी में उबालें, ठण्डा होने पर सुबह, शाम गरारे करने से लाभ होता है।

दाद – तीन बार दिन में और एक बार रात में सोते समय हल्दी का लेप करते रहने से दाद ठीक हो जाता है।

अनचाहे बाल हटाएं – अगर आप अनचाहे बालों से परेशान हैं तो हल्दी का प्रयोग करें। अनचाहे बालों को हटाने के लिए हल्दी पाउडर को गुनगुने नारियल तेल में मिलाकर पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को अनचाहे बालों पर लगाएं। इस उपाय से शरीर के अनचाहे बाल धीरे-धीरे हट जाते हैं और त्वचा कोमल हो जाती है।

दूर करें सनबर्न – हल्दी सनस्क्रीन लोशन की तरह काम करता है। अगर धूप के कारण आपकी त्वचा में टैनिंग हो गई है तो इससे निजात पाने के लिए बादाम पेस्ट, हल्दी व दही मिला उसे त्वचा पर लगाकर छोड़ दें और फिर पानी से धो लें। इससे टैनिंग खत्म हो जाएगी। साथ ही त्वचा में निखार भी आएगा।

(उपयोग से पूर्व अपने वैद्य की सलाह अवश्य लें)

08.11.22 मंगलवार

कार्तिक पूर्णिमा

ग्रस्तोदय खग्रास चन्द्र ग्रहण

यह खग्रास चन्द्रग्रहण सम्पूर्ण भारत में ग्रस्तोदय रूप में दिखाई देगा अर्थात् भारत के किसी भी नगर में 8 नवम्बर को जब चन्द्रोदय होगा, ग्रहण उसके काफी समय पहले ही प्रारम्भ हो चुका होगा।

इस ग्रहण का प्रारम्भ तथा खग्रास का प्रारम्भ भारत में कहीं भी दिखाई नहीं देगा, सिर्फ उत्तर-पूर्वी भारत में खग्रास समाप्ति के पूर्व जहां चन्द्रोदय होगा, वहाँ इस ग्रहण की खग्रास समाप्ति एवं कुछ सुदूर पूर्वी क्षेत्रों में ग्रहण मध्य भी कुछ मिनटों के लिए दृश्य होगा।

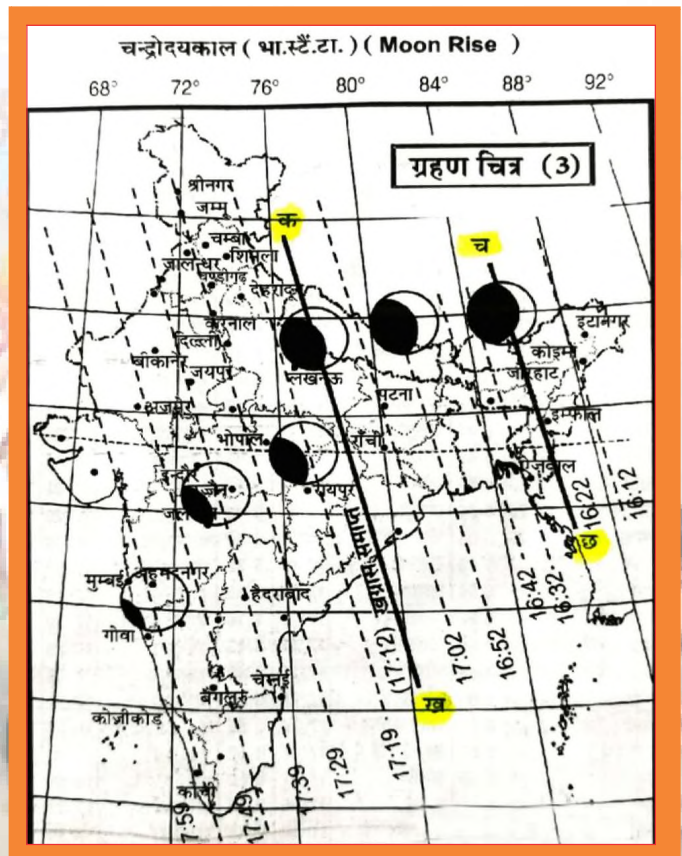
शेष भारत में (उत्तर-दक्षिण) में जब चन्द्रोदय होगा तब तक खग्रास समाप्त हो चुका होगा तथा केवल ग्रहण समाप्ति ही दृष्टिगोचर होगी।

दिये गये चित्र में च-छ रेखा के दायीं ओर के नगरों में इस ग्रहण का परम ग्रास, खग्रास समाप्ति एवं ग्रहण समाप्ति देखी जा सकती है। क-ख एवं च-छ रेखा के मध्यवर्ती नगरों में केवल खग्रास समाप्ति तथा ग्रहण समाप्ति एवं क-ख रेखा के बायीं ओर के नगरों में केवल ग्रहण समाप्ति ही दृश्यमान होगी।

चन्द्रग्रहण में स्नान, दान, मंत्र जप आदि का विशेष महत्व है। यह ग्रहण कार्तिक पूर्णिमा को घटित हो रहा है इसलिये कार्तिक पूर्णिमा के स्नान का महत्व और भी विशेष होगा।

ग्रहण का समय	
स्पर्श	- 02.39 P.m.
खग्रास प्रारम्भ	- 03.46 P.m.
मध्य	- 04.29 P.m.
समाप्त	- 05.12 P.m.
ग्रहण मोक्ष	- 06.19 P.m.

दिल्ली में	
चन्द्रोदय	- 05.29 P.m.
ग्रहण मोक्ष	- 06.19 P.m.

अन्य नगरों में भी चन्द्रोदय से ही दृश्य होगा

गुरु साधना सिद्धि
ही तो आधार है
समस्त सिद्धियों का

भावना के वश में भगवान होते हैं और एक प्रसिद्ध श्लोक में लिखा है कि – मन्त्र, तीर्थ, वैद्य और गुरु में पूर्ण आस्था ही सिद्धिप्रद कही गई है। सम्पूर्ण हृदय को चैतन्य और जाग्रत कर शंका और तर्क से रहित होकर सच्चे मन से की गई सेवा और आराधना द्वारा गुरु को पूर्ण रूप से प्राप्त किया जा सकता है। यह तो एक सम्मोहन क्रिया है, जिसके द्वारा गुरु शिष्य के वश में हो जाता है और इस साधना में संवाद की आवश्यकता कहाँ है, गुरु की पैनी दृष्टि तो हर साधक पर, हर क्षण टिकी रहती है और गुरु शिष्य को परखते रहते हैं, उसे नीचे से आधार देकर कुम्हार की तरह ठोकते-पीटते रहते हैं और उसके पापों का क्षय करते रहते हैं गुरु की तो यही इच्छा रहती है कि शिष्य पूर्ण रूप से सिद्ध हो जाय, ब्रह्मानन्द को प्राप्त हो, उसके चक्रों का भेदन होकर वह सहस्रार सिद्धि प्राप्त करे।

शिष्य द्वारा अपने भटकने की स्थिति में हर एक को गुरु बना लेना उचित नहीं है, आजकल तो बातचीत में मित्र भी आपस में गुरु कहकर सम्बोधन करते हैं। क्या यह उचित है?

शास्त्रोक्त कथन है कि शिष्य को गुरु बनाने से पहले छः गुणों को अवश्य देखना चाहिए–

1. जो कुलीन, उच्च वर्ण का सौम्य भाव एवं सरल जीवन से युक्त हो।
2. जो शिष्य की समस्याओं को उसकी व्यावहारिक कठिनाइयों को समझता हो और उन कठिनाइयों को दूर करने का उपाय बताता हो।
3. जिसमें ज्ञान की गरिमा और गम्भीरता हो और अपने प्रवचनों के माध्यम से उस ज्ञान को शिष्यों को प्रदान करता रहे।
4. जो स्वस्थ, उन्नत शरीर का स्वामी हो और गरिमायुक्त हो।
5. जिसमें समस्त प्रकार की साधनाओं का सार हो और किसी एक विषय में नहीं अपितु सभी विषयों में पारंगत हो।
6. और सबसे महत्वपूर्ण तथ्य यह है कि जिसके पास बैठने से मन में अपूर्व शान्ति प्राप्त हो।

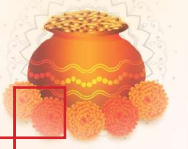
गुरु महिमा–

रुद्रयामल तन्त्र के प्रथम खण्ड में लिखा है कि शिष्य के लिए संसार का आधार गुरु ही है, केवल मात्र गुरु की प्रसन्नता से ही साधक सिद्धाश्रम प्राप्त कर लेता है।

गुरु मूलं जगत् सर्वं गुरु मूलं परं तपः।
गुरोः प्रयास मात्रेण मोक्षपाप्नोति सद्-वशी॥

मुण्डमाल तन्त्र के पहले पटल पर कहा गया है कि एक मात्र गुरु ही शिष्य को भौतिक एवं आध्यात्मिक सभी कामनाओं को पूर्ण करने वाले परम तत्व हैं और गुरु की प्रसन्नता के बिना करोड़ों साधनाओं तथा पुरश्चरण का कोई फल प्राप्त नहीं होता।

जो साधक गुरु साधना के बिना, केवल पुस्तक के आधार पर साधनाएं और मन्त्र जप करता है, और उसे यदि गुरु कृपा का आधार प्राप्त नहीं है तो उसकी साधना व्यर्थ है। गुरु द्वारा दिये गये शब्द ही साधना का आधार है इसलिए साधक को पूर्ण प्रयत्न कर गुरु की सामीप्यता अवश्य ही प्राप्त करनी चाहिए।

गुरु शिष्य को सीने से लगा लेता है, वह सिद्धि जिसे ब्रह्म सिद्धि कहा जाता है, पूर्णता मिलते ही शिष्य, शिष्य नहीं रह जाता, गुरुत्व बन कर गुरु की ही आत्मा का पूर्ण चेतन अंश बन जाता है, शिव शिवा रूप में गुरु का वरद हस्त शिष्य के भाल पर आशीर्वाद की वर्षा करता है और यह वनदानमयी बेला ही शिष्य का श्रृंगार है और जीवन की पूर्णता है।

गुरुदेव तो त्रिगुणात्मक स्वरूप हैं–

ब्रह्मा, विष्णु, महेश, आद्या शक्ति रूप को स्वयं में समाहित किये हुए साधारण आम आदमी सा दिखने वाला व्यक्तित्व अत्यन्त विलक्षण लीलाधारी है, सेवा में रत सेवक, साधक एवं विशिष्ट शिष्यों को भी समय-समय पर भरमाया करते हैं, माया का पर्दा उनकी खुली आँखों पर भी डालते रहते हैं, और यह सब करते हुए बिल्कुल अनजान, कभी-कभी पूर्ण अज्ञानी की भूमिका निभाते हुए शिष्य से भी निचले स्तर पर स्वयं को प्रतिष्ठित कर मुस्कराते रहते हैं, अन्दर ही अन्दर कैसी अद्भुत माया है गुरु की, जो सहज ही जानी नहीं जा सकती, चर्म चक्षुओं से गुरु जैसा दिखता है, वैसा है नहीं, अन्तर्चक्षु खुलने पर ही कभी-कभी उसका दिव्य रूप परिलक्षित होता है, साक्षात्कार होता है उसके ब्रह्म रूप से, मगर हर पल गुरु का प्रयास रहता है कि शिष्य उसे समझे नहीं, दिव्य झांकी पाने का उसे पहिचानने का। इस दौर में जिस दिन गुरु अपनी हार स्वीकार कर लेता है, शिष्य का सौभाग्य उदय हो जाता है, उसके जीवन के पुण्यों का फल उसके समक्ष होता है, गुरु शिष्य को सीने से लगा लेता है, वह सिद्धि जिसे ब्रह्म सिद्धि कहा जाता है, पूर्णता मिलते ही शिष्य, शिष्य नहीं रह जाता, गुरुत्व बन कर गुरु की ही आत्मा का पूर्ण चेतन अंश बन जाता है, शिव शिवा रूप में गुरु का वरद हस्त शिष्य के भाल पर आशीर्वाद की वर्षा करता है और यह वनदानमयी बेला ही शिष्य का श्रृंगार है और जीवन की पूर्णता है।

सांसारिक जीवन में तो नित्य नई बाधाएँ आती ही हैं, क्योंकि साधक जब अपने गुरु की खोज में तल्लीन होता है तो उसके पाप कर्म कभी गृहस्थ रूप में, कभी सामाजिक आलोचना के रूप में उसके सामने आकर खड़े होते हैं और उसे रोकते हैं, लेकिन जो व्यक्ति यह ठान लेता है कि मुझे अपने इस जीवन में अपने पूर्व जन्म के गुरु की खोज करनी ही है और उनके चरणों में बैठकर पूर्णता से समर्पण कर देना है, तभी वह पूर्ण शिष्य बन सकता है, अपने गुरु को प्राप्त कर सकता है।

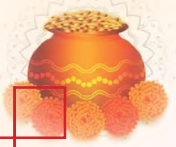
जीवन का वास्तविक सौन्दर्य–

जीवन में और केवल इस छोटे से 60 साल के जीवन में बहुत कुछ प्राप्त किया जा सकता है। जीवन का लक्ष्य और प्रयोजन प्राप्त किया जा सकता है, और यह स्थिति गुरु शिष्य को अपने समीप बैठा कर स्पष्ट करते हैं, इसलिए वह मार्ग दिखाते हैं जिस पर चल कर स्वस्थ और आनन्द युक्त जीवन व्यतीत किया जा सके, उसके बाह्य और अन्त: दोनों शरीर को पवित्र कर आत्मा और ब्रह्म से साक्षात्कार करा सकते हैं। जिस उद्देश्य के लिए उसका जन्म हुआ है उस उद्देश्य की प्राप्ति के लिए क्या आवश्यक है और किस प्रकार वह अपने उत्तरदायित्वों को पूर्ण रूप से निभा सकता है? वह मार्ग केवल सद्‌गुरु ही बता सकते हैं।

गुरु से मन्त्र का जन्म होता है, और मन्त्र से देवता उत्पन्न होते हैं, जो शिष्य गुरुमुख से महामन्त्र प्राप्त करता है और जो बीज देवता से उत्पन्न होता है उसको पूर्ण सिद्धि प्राप्त होती है, देवता का शरीर बीज से उत्पन्न होता है, और गुरु की आज्ञानुसार उसकी मुक्ति होती है, इस प्रकार गुरु भावना से तो पूर्णभाव सिद्धि होती है।

मन्त्रे वा गुरुदेव वा न भेदं यस्तु कल्पते।
तस्य तुष्टा जगद्धात्री किन्न वद्याद् दिने दिने।।

गुरु के प्रसन्न होने पर ही परम प्रभु परमात्मा और देवी भगवती प्रसन्न होती हैं, और गुरु के प्रसन्न न होने पर उनकी कृपा न मिलने पर वे भी रुष्ट हो जाते हैं। इसलिए संसार सागर को पार करने में गुरु ही कर्ता, धर्ता, हर्ता और मोक्ष प्रदान करने वाले हैं।

गुरुः कर्ता गुरुर्हर्ता गुरु माता मही तले।
गुरु सन्तोष मात्रेण तुष्टाः स्युः सर्व देवताः।।
गुरु तुष्टे शिवस्तुष्टौ रुष्टे रुष्टस्त्रिलोचनः।
गुरौः तुष्टे शिवे तुष्टा तुष्टे रुष्टा च सुन्दरिः।।

शिष्य और परम पिता परमात्मा अर्थात् सम्पूर्ण इष्ट के बीच एक कड़ी है जिसे गुरु कहा जाता है। यह गुरु आपको भी पहिचानता है और गुरु का परिचय इष्ट से भी है। इसलिए गुरु के माध्यम से ही इष्ट तक पहुँचा जा सकता है, उसके सम्पूर्ण स्वरूप के साक्षात् दर्शन किये जा सकते हैं। गुरु के बताये मार्ग पर चल कर ही हम अपने जीवन का लक्ष्य प्राप्त कर सकते हैं, केवल गुरु ही शिष्य को सही दिशा निर्देश दे सकते हैं, उसकी उंगली पकड़ कर सही रास्ते पर चला सकते हैं, इसीलिए शास्त्रों में गुरु के महत्व को एक स्वर से स्वीकार किया गया है।

गुरु ही इष्ट—

शास्त्रों में गुरु की महिमा को सर्वाधिक क्यों स्वीकार किया गया है? इसलिए कि हमने ईश्वर को देखा नहीं, हमने जगदम्बा भवानी, शिव या विष्णु के दर्शन भी नहीं किये, हम उन्हें पूर्ण रूप से पहिचानते भी नहीं और हमें इस बात का ज्ञान भी नहीं कि उनको प्राप्त करने के लिए क्या करना चाहिए। पर शिष्य और परम पिता परमात्मा अर्थात् सम्पूर्ण इष्ट के बीच एक कड़ी है जिसे गुरु कहा जाता है। यह गुरु आपको भी पहिचानता है और गुरु का परिचय इष्ट से भी है। इसलिए गुरु के माध्यम से ही इष्ट तक पहुँचा जा सकता है, उसके सम्पूर्ण स्वरूप के साक्षात् दर्शन किये जा सकते हैं। गुरु के बताये मार्ग पर चल कर ही हम अपने जीवन का लक्ष्य प्राप्त कर सकते हैं, केवल गुरु ही शिष्य को सही दिशा निर्देश दे सकते हैं, उसकी उंगली पकड़ कर सही रास्ते पर चला सकते हैं, इसीलिए शास्त्रों में गुरु के महत्व को एक स्वर से स्वीकार किया गया है।

'गुरु' शब्द कहने का अर्थ—

रुद्रयामल तन्त्र में कहा गया है कि गकार सिद्धिदायक है और रेफ पाप का दाह करने वाला है, उकार को शुभ कहा गया है, इस प्रकार इन तीनों के समन्वित स्वरूप को **'गुरु'** शब्द से सम्बोधित किया गया है।

कंकाल मालिनी तन्त्र के पहले पटल में स्पष्ट रूप से बताया गया है कि 'गुरु' शब्द के दोनों अक्षर क्रमशः निर्गुण और परब्रह्म हैं, एक प्रकार से कहा जाय तो यह गोपनीय महामन्त्र है, और संसार के सभी मन्त्रों से श्रेष्ठ है।

गुरु तन्त्र में स्पष्ट रूप से बताया गया है कि जिसकी जीभ के अग्रभाग में गुरु शब्द रहता है, उसे जीवन में व्यर्थ का कोई मोह नहीं रहता, उसे वेद और शास्त्र पढ़ने की कोई आवश्यकता नहीं रहती, केवल मात्र **'गुरु'** के उच्चारण से ही ब्रह्म हत्या दूर हो जाती है परशुराम अपनी माता के वध से और इन्द्र ब्रह्म हिंसा के पाप से केवल **'गुरु'** शब्द के उच्चारण करने से ही मुक्त हुए थे।

वस्तुतः गुरु की महत्ता और गुरु मन्त्र जप को तन्त्र ग्रन्थों में सर्वाधिक महत्व दिया है।

गुरु कृपा तो निरन्तर प्रवाहित है—

जिस दिन शिष्य अपने आप को गुरुचरणों में समर्पित कर देता है गुरु पूजन को आधार बना लेता है तथा गुरु साधना और गुरु मन्त्र उसके रोम-रोम से बोलने लगते हैं, तब शिष्य एक नये सिद्धि के मार्ग पर चल पड़ता है और तब वह 'निगुरा' नहीं रहता। गुरु से युक्त हो जाता है, उसके जीवन में वास्तविक सौन्दर्य आ जाता है। मन के भ्रम एक के बाद एक दूर होने लगते हैं, भीतर ही भीतर एक नया प्रकाश उदय होने लगता है।

चिन्तन से, प्राणों से एक स्थिति बन जाती है तो गुरु सिद्धि की स्थिति शिष्य को प्राप्त हो जाती है, गुरु प्रेम और भावातिरेक में शिष्य को हृदय से लगा सब कुछ न्यौछावर कर देता है, अपना चिन्तन, अपना ज्ञान, अपनी तपस्या, साधना सिद्धि सब कुछ प्रवाहित कर देता है शिष्य के सिर पर हाथ फेर ब्रह्मरंध्र खोल देता है, दे देता है वह ब्रह्मसिद्धि जिसे योगी, ऋषि-मुनि, देवी-देवता भी पाने को आतुर रहते हैं, ब्रह्म से साक्षात्कार की यही निष्काम सिद्धि, गुरु का आशीर्वाद और वरदान बन जाती है। शिष्य में सेवक में, साधक में भोग और मोक्ष देकर पूर्णता देने वाली गुरुसिद्धि ही ब्रह्मसिद्धि कही गई है, शत् शत् नमन है, गुरु की अहैतुकी कृपा हो—

ध्यान मूलं गुरु मूर्ति पूजामूलं गुरुर्पदं।
वेद मूलं गुरोर्वाक्यं मोक्ष मूलं गुरु कृपा।।

शिष्य के जीवन में गुरु ही सर्वस्व होता है। इसलिए देवी-देवताओं की साधना करने के साथ गुरु साधना को ही जीवन में प्राथमिकता देनी चाहिए।

शिष्य धर्म

त्वं विचितं भवतां वदैव देवाभवावोतु भवतं सदैव।
ज्ञानार्थ मूल मपरं विहंसि शिष्यत्व एवं भवतां भगवद् नमामि।।

- शिष्य यदि सच्चे हृदय से पुकार करे, तो ऐसा होता ही नहीं कि उसका स्वर सद्गुरुदेव तक न पहुंचे। उसकी आवाज गुरु तक पहुंचती ही है। इसमें कभी संदेह नहीं करना चाहिए।
- शिष्य चाहे बीस दिन पहले जुड़ा हो अथवा बीस साल पहले, गुरु की दृष्टि में सभी बराबर ही होते हैं। इसलिए प्रत्येक शिष्य को वरिष्ठ गुरुभ्राताओं अथवा गुरुबहिनों को सम्मान तो देना चाहिए, आदर तो करना चाहिए, परन्तु उसे अपनी श्रद्धा को मात्र गुरुदेव के ही चरणों के लिए सुरक्षित रखना चाहिए।
- यथा संभव व्यर्थ की चर्चाओं में न पड़कर गुरुदेव का ही ध्यान, मनन करे। दूसरे की आलोचना अथवा निन्दा करने से शिष्य का जो बहुमूल्य समय अपने कल्याण में लगाना चाहिए, वह व्यर्थ हो जाता है, उसका प्रभाव उसके द्वारा की गई साधनाओं पर भी पड़ता है।
- यह आवश्यक नहीं कि कोई समस्या हो अथवा जीवन में कोई बाधा आई हो, तभी गुरु चरणों में पहुंच कर प्रयोग सम्पन्न किए जाएं। गुरु के दर्शन मात्र से ही शिष्य का सौभाग्य एवं पुण्य कर्म जाग्रत होते हैं, इसलिए शिष्य को निरन्तर गुरु से सम्पर्क बनाए रखना चाहिए।
- शिष्य के लिए गुरु ही सर्वस्व होता है। यदि किसी व्यक्ति की मित्रता राजा से हो जाए, तो उसे किसी छोटे मोटे अधिकारी की सिफारिश की क्या आवश्यकता है? इसलिए श्रेष्ठ शिष्य वह है, जो अपने मन के तारों को गुरु से जोड़ता है।
- यदि कोई मंत्र ले, यदि कोई साधना विधि ले, तो गुरु से ही ले अथवा गुरुदेव रचित साहित्य से ले। अन्य किसी को भी गुरु के समान नहीं मानना चाहिए।
- शिष्य का धर्म है कि वह व्यर्थ के वाद विवाद या चिंतन में न पड़कर पूर्ण तल्लीन होकर गुरु सेवा करे। मन पर पूर्ण नियंत्रण प्राप्त करने का गुरु सेवा से अच्छा कोई माध्यम नहीं है।

जो शिष्य अपने अहम, छल, कपट आदि को छोड़कर भौतिक श्रेष्ठताओं को भुलाकर गुरुचरणों में झुक जाता है वही सफल होता है।

गुरु वाणी

- तुम्हें बिल्कुल खाली पात्र की तरह मेरे पास आना है, खाली कागज की तरह मेरे पास आना है, जिसमें मैं पूर्णत्व लिख सकूँगा, मैं उस ब्रह्मत्व को लिख सकूँगा। मैं तुम्हें बता सकूँगा, कि जीवन की पूर्णता क्या है? जीवन का आनन्द क्या है? जीवन की सर्वोच्चता क्या है? श्रेष्ठता क्या है?
- पूर्णता तो तब संभव होती हैं, जब शिष्य गुरु के चरणों में सिर रखकर आंसुओं से उनके चरणों को धोए, अपने को पूर्ण विसर्जित करे, उसका हृदय गद्‌गद् हो जाए, गला भर जाए और रुंधे हुए गले से जो कुछ शब्द निकले, तो गुरुदेव शब्द ही निकले।
- समर्पण हाथ जोड़ने से नहीं हो सकता और न ही गुरु की आरती उतारने से हो सकता है। समर्पण का तात्पर्य है कि गुरु जो आज्ञा दें, उसका बिना नानूच किए पालन किया जाए।
- शिष्य तो वह है, जिसकी हर समय मन में यही इच्छा हो, कि मैं गुरु के पास दौड़कर पहुँच जाऊं हो सकता है कोई मजबूरी हो, नहीं जा सके, यह अलग चीज है, मगर मन में उत्कण्ठा हो, तीव्र इच्छा हो, छटपटाहट बनी रहे कि उसे हर हालत में गुरु के पास पहुंचना है।
- शिष्य का लक्षण, शिष्य का चिंतन, शिष्य का विचार, शिष्य बनकर सेवा मैंने की है इसीलिए मैं गर्व के साथ शिष्य के लक्षण और शिष्य के चिंतन सुना सकता हूँ, समझा सकता हूँ।
- तुम्हारे पास केवल तीन रास्ते हैं, जिससे तुम लोहे से कुन्दन बन सकते हो और वह है सेवा, समर्पण और श्रद्धा और इन सबका समन्वय है प्रेम।
- ध्यान लगाने से आत्मा परमात्मा में विलीन हो सकती है। आत्मा मंत्र जप से परमात्मा में लीन नहीं हो सकती, क्योंकि आत्मा का परमात्मा तक पहुंचने का जो रास्ता है वह वेदना का है, तड़फ का है, विरह का है, समुद्र में डूब जाने का है।

सिद्धाश्रम पंचांग : गुरुत्व दिवस

25.11.22
शुक्रवार

पादुका पूजन
प्रयोग

**शास्त्रों के अनुसार मार्ग शीर्ष शुक्ल 2 को 'गुरुत्व दिवस' मनाया जाता है,
दूसरे शब्दों में इसे 'गुरु पादुका दिवस' भी कहते हैं,
अंग्रेजी तिथि के अनुसार इस वर्ष यह 25.11.22 को सम्पन्न हो रहा है।**

एक साधक या शिष्य के जीवन में 'गुरु पादुका दिवस' का सर्वाधिक महत्व है,
और वह पूर्ण श्रद्धा, भावना एवं चिन्तन के साथ 'गुरु पादुका दिवस' को सपरिवार सम्पन्न करता है।

महर्षि योगी स्वामी पीताम्बर दत्त जी के द्वारा हमें गुरु पादुका पूजन का विशेष प्रयोग प्राप्त हुआ है,
जो कि अपने आप में अनुपम एवं अद्वितीय है, अगली पंक्तियों में यह पूर्णता के साथ प्रकाशित है।

**जन्म लेना कोई महत्वपूर्ण कार्य नहीं है, यह तो प्रकृति का एक प्रयोग है,
जिसकी वजह से जीव नर देह धारण कर जन्म लेता है,
परन्तु जन्म लेने के बाद जिन संस्कारों का वह उपयोग करता है, उन्हीं
अमरत्व संस्कारों के फलस्वरूप उसके नर देह का महत्व अमरत्व स्पष्ट होता है।**

जन्म देना या जन्म लेना एक सहज स्वाभाविक क्रिया है, जिसमें किसी ज्ञान, किसी चेतना या किसी संस्कार की आवश्यकता नहीं होती, मूर्ख व्यक्ति भी किसी बालक को जन्म दे सकता है, दुष्ट और पापात्मा व्यक्ति भी किसी जीवन को बालक रूप प्रदान कर सकता है, और अकुलीन, असंस्कारित तथा पशु-तुल्य जीवन जीने वाला व्यक्ति भी बालक को जन्म दे सकता है, इस दृष्टि से देखा जाय तो बालक को जन्म देना कोई महानता नहीं है, या कोई जीवन जन्म लेता है तो वह श्रेष्ठता या महत्वपूर्ण नहीं है, यह तो प्रकृति का एक नियम है, और उस नियम के अनुरूप बालक जन्म लेता है, बड़ा होता है, और मृत्यु के मुंह में चला जाता है।

जन्म लेते ही बालक से गुरु का संबंध स्थापित हो जाता है, प्रकृति को गुरु ही माना है, गाय आदि अन्य पशुओं के बालक प्रकृति में ही जन्म लेते हैं, उनके चारों ओर ऊंची-ऊंची दीवारें या अस्पताल, डॉक्टर या चिकित्सक नहीं होते, शुद्ध प्रकृति से उनका सीधा सम्बन्ध होता है, इसलिए जन्म लेते ही उनका प्रकृति रूपी गुरु से सीधा सम्बन्ध स्थापित हो जाता है, और वह चार छः घण्टों में ही उठ कर अपने पैरों पर खड़ा हो जाता है, विचरण करने लग जाता है, या पक्षी पंख फैलाकर उड़ने की सामर्थ्य प्राप्त कर लेते हैं, या पशु दौड़ने अथवा अन्य कार्य प्रारम्भ कर देते हैं।

परन्तु मनुष्य को यह सब करने में पूरा साल लग जाता है, क्योंकि वह प्रकृति से कटा हुआ होता है, प्रकृति का सीधा सम्बन्ध उससे नहीं हो पाता, प्रकृति रूपी गुरु की थपथपाहट उसे अनुभव नहीं होती, वह ऊंची दीवारों के बीच में घिरने के बाद जन्म लेता है, इसलिए अपने पैरों पर खड़े होने में उसे पूरा एक वर्ष लग जाता है, अन्य क्रियाकलाप जो पशु या पक्षी चार छः घण्टों में सीख लेते हैं, उसे नर बालक को सीखने में तीन-चार वर्ष लग जाते हैं, यह जीवन की विडम्बना या न्यूनता ही है। वास्तविक मानव जीवन तब प्रारम्भ होता है, जब उसके हृदय में अध्यात्म शक्तियों का विकास होने लगता है, जब उसे यह अहसास होने लगता है, कि मेरा जीवन एक क्षण-संयोग है, अब मैं अपने जीवन को पूर्णता तभी दे सकता हूँ, जब मुझे गुरु का चिन्तन प्राप्त हो, मेरे शरीर में और जीवन में गुरु का महत्व हो, मेरा मागदर्शन और जीवन में पूर्णता देने में गुरु सहायक हो, ऐसा चिन्तन आने पर ही उसके जीवन की सार्थकता प्रारम्भ होती है।

जब मनुष्य इस चिन्तन से अनुप्राणित होता है, तब वह गुरु के सत्संग में और गुरु के साहचर्य में रहने की इच्छा अनुभव करता है, और तब गुरु अपनी कृपा से उसे शक्तिपात प्रदान कर पूर्ण पुरुष बनाने की ओर अग्रसर करते हैं, शक्तिपात जीवन का प्रारम्भ है, जीवन का अन्त नहीं है, जिनको शक्तिपात हो चुका होता है, उनकी स्वयं शास्त्र, वेद, आगम, तंत्र और चिन्तन का बोध होने लग जाता है, उन्हें शिव की पूर्ण अनुभूति होने से यह शिवमय बन जाता है, और उसके हृदय में पूर्ण ज्ञान का उदय हो जाता है।

गुरु पादुका–

आज के युग में यह संभव नहीं रहा, कि शिष्य प्रति क्षण, प्रति दिन गुरु के साहचर्य में रह सके, ऐसी स्थिति में गुरु की पादुका ही उसके लिए साक्षात् गुरुमय हो जाती है, क्योंकि–

पृथिव्या यानि तीर्थानि तानि तीर्थानि सागरे।
सागरे सर्व तीर्थानां गुरुस्य दक्षिणे पदे।।

अर्थात् संसार के सभी तीर्थ और पुण्य क्षेत्र गुरु के चरणों में साकार रूप में उपस्थित होते हैं, इसीलिए गुरु के चरणों का जल जिसको 'चरणामृत' कहा जाता है, स्वीकार किया जाता है, गुरु चरण जल से स्नान कर समस्त तीर्थों के स्नान का फल प्राप्त करता है, इसलिए गुरु के चरणों में धारण की हुई खड़ाऊ या पादुका स्वयं गुरु का साक्षात् स्वरूप बन जाती है, और इसीलिए शास्त्रों में इस दिवस को 'गुरु पादुका दिवस' के नाम से सम्बोधित किया है, भगवत् पाद शंकराचार्य ने तो कहा है, कि गुरु से भी ज्यादा महत्वपूर्ण गुरु पादुका है, उसे अपने पूजा स्थान में ठीक उसी प्रकार से स्थापित करना चाहिए जिस प्रकार से हम सम्मान के साथ गुरु को अपने घर में श्रेष्ठ आसन पर बिठाते हैं, गुरु पादुका की उपस्थिति साक्षात् गुरु की उपस्थिति ही मानी गई है, गुरु पादुका का स्तवन मूल रूप में गुरु स्तवन ही है, इसीलिए पूरे भारत वर्ष में जितना महत्व गुरु पूर्णिमा का है, उससे भी ज्यादा महत्व 'गुरु पादुका दिवस' का है।

भगवान शिव ने पार्वती को समझाते हुए कहा है, कि मात्र गुरु पादुका का पूजन करने से साधक की सोलह कलाएं स्वत: विकसित होने लग जाती है, ये सोलह कलाएं निम्न प्रकार से कही गयी हैं–1. मूलाधार, 2. स्वाधिष्ठान, 3. मणिपुर, 4. अनाहत, 5. विशुद्ध, 6. आज्ञा, 7. बिन्दु, 8. कला पद, 9. निर्वाधिका, 10. अर्धचन्द्र, 11. नाद, 12. नादान्त, 13. शक्ति, 14. व्यापिका, 15. समना, 16. उन्मना।

इन सोलह कलाओं का विकास और कुण्डलिनी जागरण हो कर जब कुण्डलिनी उर्ध्वगामी होती है, तब स्वत: साधक की 'खेचरी मुद्रा' प्रारम्भ हो जाती है और ऐसा होने पर वह शिवात्मक गुरु-शिष्य से सम्बोधित हो जाती है।

आगे के पृष्ठों में मैं गुरु पादुका-पूजन प्रयोग स्पष्ट कर रहा हूँ, इससे पहले ही शिष्य को 'गुरु पादुका' प्राप्त कर अपने पूजा स्थान में या अपने कक्ष में सम्मानपूर्वक स्थापित कर देना चाहिए, और यह अहसास करना चाहिए कि इन पादुकाओं में साक्षात् ब्रह्ममय गुरु ही सशरीर उपस्थित है और उनकी उपस्थिति में साधक निश्चिंत होकर अध्यात्म पथ पर निरन्तर अग्रसर होता रहता है, ऐसे साधक की कुण्डलिनी निरन्तर विकसित होती रहती है और वह उस ब्रह्म रस का आस्वादन करने में समर्थ हो पाता है, जिसे जीवनमुक्त स्थिति या विदेह कहा जाता है।

साधक 'गुरु पादुका दिवस' के दिन पूर्ण श्रद्धा के साथ स्नान कर शुद्ध श्वेत वस्त्र धारण करें, और उत्तर दिशा की ओर आसन बिछा कर अपनी पत्नी के साथ या स्वयं बैठें, सामने श्रेष्ठ लकड़ी के तख्ते पर पीला वस्त्र बिछा कर उस पर गुरु पादुका स्थापित करें, और फिर अपने सामने पूजन सामग्री रख कर गुरु पादुका पूजन कार्य सम्पन्न करें।

पादुका चिन्तन-

साधक या शिष्य अपने दोनों हाथ पादुकाओं पर रखता हुआ निम्न प्रकार से चिन्तन-उच्चारण करे-

ॐ गुरुभ्यो नमः **ॐ परम गुरुभ्यो नमः**
ॐ परात्पर गुरुभ्यो नमः **ॐ परमेष्ठि गुरुभ्यो नमः**
ॐ गणपतये नमः **ॐ मूल प्रकृत्ये नमः**
ॐ मण्डूकाय नमः **ॐ मूलाधारयै नमः**
ॐ कालाग्नि रुद्राय नमः **ॐ कूर्माय मनः**
ॐ आधार शक्तये नमः **ॐ आनन्दाय नमः**
ॐ अनन्ताय नमः **ॐ पृथिव्यै नमः**
ॐ सुधार्णवाय नमः **ॐ मणिद्विपाय नमः**
ॐ कल्पवृक्षाय नमः **ॐ चिन्तामणि गृहाय नमः**
ॐ हेमपीठाय नमः

इसके बाद बांई तरफ चावल की ढ़ेरी बना कर उस पर एक गोल सुपारी रख कर उसे भैरव मान कर उसकी संक्षिप्त पूजा करें, जिससे कि किसी प्रकार का कोई विघ्न उपस्थित न हो, पूजन के बाद भैरव के सामने हाथ जोड़ कर उच्चारण करें-

तीक्ष्णदंष्ट्र महाकाय कल्पान्ते दहनोपम्।
भैरवाय नमस्तुभ्यं अनुज्ञां दातुमर्हसि।।

इसके बाद अपने बांये हाथ में थोड़े से चावल ले कर अपने चारों ओर घुमाते हुए दसों दिशाओं की ओर इस उद्देश्य से फेंके कि दसों दिशाओं का बन्धन हो सके, और किसी भी दिशा से किसी प्रकार का विघ्न उपस्थित न हो तथा शरीर पर कोई दुष्प्रभाव न पड़े।

दस दिशा बन्धन-

अप सर्पन्तु भूता ये भूता भूमिसंस्थिताः।
ये भूताः विघ्नकर्तारस्ते नश्यन्तु शिवाज्ञया।।

अपक्रामन्तु भूतानि पिशाचाः सर्वतो दिशः।
सर्वेषामविरोधेन पाद पूजां समारभेत्।।

आसन पूजन-

इसके बाद अपने आसन को हटा कर उसके नीचे कुंकुम से त्रिकोण बनावे, और उस पर पुनः आसन बिछा दें, फिर आसन पर जल छिड़कते हुए निम्न उच्चारण करें-

ॐ क्षेत्रपालाय नमः। ॐ पृथ्वीत्यासन-मन्त्रस्य मेरूपृष्ठ ऋषिः। सुतलं छन्दः। कूर्मो देवता। आसने विनियोगः।
ॐ पृथ्वि त्वया धृता लोका देवि त्वं विष्णुना घृता।
त्वं च धारय मां देवि पवित्रं कुरू चासनम्।।

इसके बाद जो आसन बिछा हुआ है, उस पर निम्न मन्त्र का उच्चारण करते हुए आसन पर केसर की पांच बिन्दियां लगावें जिससे कि आसन सिद्ध हो सके।-

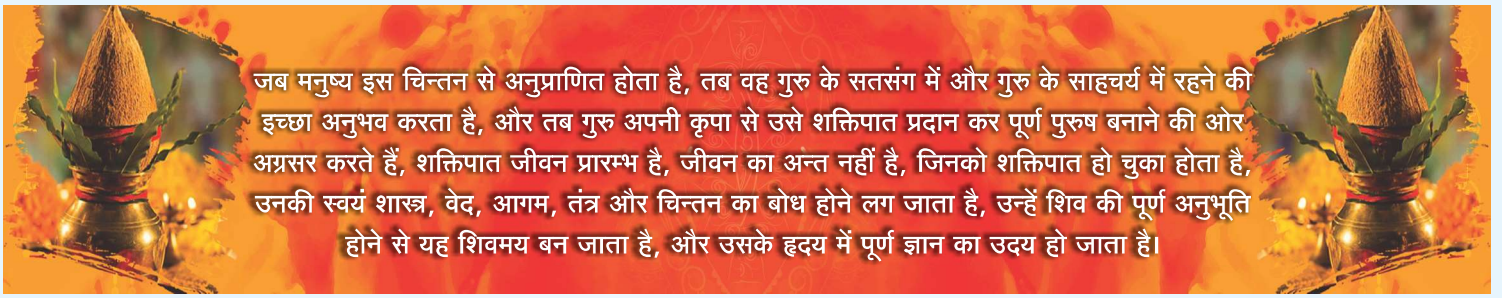
ॐ पृथिव्यै नमः **ॐ अनन्ताय नमः**
ॐ कूर्माय नमः **ॐ विमलाय नमः**
ॐ योगपीठाय नमः

इसके बाद खड़ाऊ के सामने पांच चावल की ढ़ेरियां बनावें और उस पर एक-एक गोल सुपारी रख कर केसर की बिन्दी लगावें तथा उच्चारण करें-

ॐ गुं गुरुभ्यो नमः **ॐ पं परम गुरुभ्यो नमः**
ॐ पं परात्पर गुरुभ्यो नमः **ॐ पं परमेष्ठि गुरुभ्यो नमः**
ॐ पं परापर गुरुभ्यो नमः

शरीर गुरु स्थापन प्रयोग-

इसके बाद दाहिने हाथ से संबंधित अंगों को स्पर्श करते हुए गुरु को अपने पूर्ण शरीर में समाहित करें-

ॐ कूर्माय नमः **ॐ वैराग्याय नमः**
ॐ आधार शक्तये नमः **ॐ अनैश्वरर्याय नमः**
ॐ पृथिव्यै नमः **ॐ अनन्ताय नमः**
ॐ धर्माय नमः **ॐ सर्वतत्वात्मकाय नमः**
ॐ ज्ञानाय नमः **ॐ आनन्दकन्द कन्दाय नमः**
ॐ सविन्नालाय नमः **ॐ ऐश्वर्याय नमः**
ॐ विकारमयकेशरेभ्यो नमः **ॐ प्रकृतमयपत्रेभ्यो नमः**
ॐ पंचाशर्णबीजाढ्यकर्णिकायै नमः

जब मनुष्य इस चिन्तन से अनुप्राणित होता है, तब वह गुरु के सतसंग में और गुरु के साहचर्य में रहने की इच्छा अनुभव करता है, और तब गुरु अपनी कृपा से उसे शक्तिपात प्रदान कर पूर्ण पुरुष बनाने की ओर अग्रसर करते हैं, शक्तिपात जीवन प्रारम्भ है, जीवन का अन्त नहीं है, जिनको शक्तिपात हो चुका होता है, उनकी स्वयं शास्त्र, वेद, आगम, तंत्र और चिन्तन का बोध होने लग जाता है, उन्हें शिव की पूर्ण अनुभूति होने से यह शिवमय बन जाता है, और उसके हृदय में पूर्ण ज्ञान का उदय हो जाता है।

इस प्रकार अपने शरीर में गुरु को स्थापित कर अपने शरीर की संक्षिप्त पूजा करें, सिर पर जल छिड़कें सिर के मध्य में केसर की बिन्दी लगावें, हृदय पर केसर का लेप करें, और प्रसन्नता अनुभव करें, कि मेरे शरीर के रोम-रोम में पूज्य गुरुदेव स्थापित हुए हैं, जिससे कि मेरी कुण्डलिनी स्वत: जागृत होने लगी है।

इसके बाद पादुकाओं के दाहिनी ओर एक दूसरे लकड़ी के बाजोट पर कलश स्थापित करें, उसमें जल डालें, कलश के मुंह पर पांच या ग्यारह पत्ते रखकर उसके ऊपर नारियल स्थापित करें, कलश के मुंह पर मौली या कलावा बांधें नारियल के ऊपर यज्ञोपवीत पहनावे, और कलश के चारों ओर चारों दिशाओं की ओर केसर की बिन्दी लगते हुए निम्न मंत्र का उच्चारण करें।–

ॐ पूर्वे ऋग्वेदाय नम: ॐ उत्तरे यजुर्वेदाय नम:
ॐ पश्चिमे अथर्व वेदाय नम: ॐ दक्षिणे साम वेदाय नम:

इस प्रकार कलश के चारों ओर चार बिन्दियां लगाते हुए चारों वेदों की स्थापना करें ओर संक्षिप्त पूजन करें

कलश के पास में शंख स्थापित करें, और उसका पूजन करें, शंख के पास ही घण्टा स्थापित करें, और उसका भी पूजन करते हुए निम्न उच्चारण करें–

आगमर्थं तु देवानां गमनार्थं तु राक्षसाम्।
घण्टानादं प्रकुर्वीत पश्चाद् घण्टा प्रपूजयेत।।

फिर कलश के आगे बारह चावल की ढेरियां बनावें और उस पर एक-एक सुपारी रख कर निम्न देवताओं की स्थापना करें।

1. ॐ कालाग्नि रुद्राय नम: 2. ॐ कूर्माये नम:
3. ॐ पृथिव्यै नम: 4. ॐ धर्माय नम:
5. ॐ ज्ञानाय नम: 6. ॐ वैराग्याय नम:
7. ॐ ऐश्वर्याय नम: 8. ॐ राग्याय नम:
9. ॐ अनन्ताय नम: 10. ॐ सर्वतत्वात्मकाय नम:
11. ॐ आनन्दमयकन्दाय नम:
12. ॐ प्रकृतिमय पत्रेभ्यो नम:

पादुका -विनियोग–

ॐ अस्य श्री पादुका मन्त्रस्य दक्षिणामूर्ति ऋषि: गायत्रीछन्द: श्री गुरु देवता प्रीत्यर्थे जपे विनियोग:।

इसके बाद पादुका में गुरु प्राण प्रतिष्ठा करते हुए निम्न मंत्र का उच्चारण करें।

पादुका गुरु मंत्र–

ॐ ऐं ह्रीं श्रीं ऐं क्लीं सौ: हंस: शिव: सोहं हंस: स्वरूप निरुपणहेतवे श्री गुरुवे नम:।

इसके बाद साधक न्यास करें–

न्यास–

ॐ ह्रीं अंगुष्ठाभ्यां नम: ॐ ह्रीं तर्जनीभ्यां नम:
ॐ ह्रूं मध्यमाभ्यां नम: ॐ ह्रें अनामिकाभ्यां नम:
ॐ ह्रौं कनिष्ठिकाभ्यां नम: ॐ ह: करतलकर पृष्ठाभ्यां नम:

इसी प्रकार हृदयादि न्यास करें–

ॐ ह्रां हृदयाय नम: ॐ ह्रीं सिरसे स्वाहा
ॐ ह्रूं कवचाय हूं ॐ ह्रूं नेत्रयाय वौषट
ॐ ह्रौं शिखाये वषट ॐ ह: अस्त्राय फट्

उपरोक्त न्यास करते हुए संबंधित अंगों का स्पर्श करें फिर गुरु ध्यान करें।

महा-रोगे महोत्पाते महा-देवे महा-मये।
महा पदि महा-पापे-स्मृता रक्षति पादुका।।

तेनाधीनं स्मृतं ज्ञानं दुष्टं पत्तं च पूजितं।
जिह्वायां वर्तते यस्य श्री परा-पादुका-स्मृति:।।

भोग भोगार्थिना ब्रह्म-विष्णवी-पद कांक्षिणाम्।
भक्ति रेव गुरो देवि 'नान्य: पथा' इति श्रुति:।।

इसके बाद एक अन्य पात्र में परम गुरु की स्थापना करें, स्थापना में पात्र में चावलों की ढ़ेरी बनाकर उस पर सुपारी रख कर उन्हें परम गुरु मान कर उपरोक्त प्रकार से ही न्यास करें फिर परम गुरु का ध्यान निम्न प्रकार से करें।

परम गुरु ध्यान–

गुरु भक्ति-विहीनस्य तपो विद्या कुल व्रतम्।
सर्व नश्यन्ति तत्रैव भूषण लोक रंजनम्।।
गुरु भवत्यग्निना सम्यग् दग्ध्या सर्व-गतिदंस:।
श्वपचो पि परै: पूज्यो न विद्वानपि नास्तिक:।।

परमेष्ठि गुरु ध्यान–

परम गुरु के पास ही चावल की ढ़ेरी बना कर उस पर सुपारी रख कर परमेष्ठि गुरु की स्थापना करें और संक्षिप्त पूजन कर

उपरोक्त प्रकार से ही न्यास करें, और हाथ जोड़ कर प्रार्थना करें–

गुरुः पिता गुरुर्माता गुरुर्देवो गुरुर्गतिः।
शिवे रुष्टो गुरुस्त्राता गुरौ रुष्टे न कश्चन।।

पादुका लय पूजन–

इसके बाद साधक पादुका लय पूजन करें, जो सामने दोनों पादुकाएं स्थापित की हैं, दोनों पादुकाओं पर कुंकुम से त्रिकोण बनावे, और द्वादस कलाओं में से छः कलाओं की स्थापना वाम पादुका में तथा छः कलाओं की स्थापना दाहिनी पादुका में स्थापित करें–

वाम पादुका कला स्थापन–

1. ॐ तपिन्यं नमः
2. ॐ तापिन्यै नमः
3. ॐ ज्वालिन्यै नमः
4. ॐ रुच्यै तमः
5. ॐ सूक्ष्मायै नमः
6. ॐ भोगिन्यै नमः

दाहिनी पादुका कला स्थापन

इसके बाद दक्षिण पादुका पर निम्न छः कलाओं की स्थापना करें–

1. ॐ विश्वायै नमः
2. ॐ धूम्रायै नमः
3. ॐ मरीच्यै नमः
4. ॐ बोधिन्यै नमः
5. ॐ धारिण्यै नमः
6. ॐ क्षमायै नमः

उपरोक्त सूर्य की द्वादस कलाएं कही जाती हैं, और इन कलाओं की स्थापना से दोनों पादुकाओं में पूर्ण सूर्य मण्डल स्थापित हो जाता है, इसके बाद दोनों पादुकाओं पर कलश में से जल (अमृत) छिड़कते हुए निम्न सोलह चन्द्र कलाओं की स्थापना करें, जिससे कि इन पादुकाओं में चन्द्र कलाओं के साथ-साथ अमृत तत्व का प्रादुर्भाव हो सके।

1. ॐ अमृतायै नमः
2. ॐ मानदायै नमः
3. ॐ पूषायै नमः
4. ॐ तुष्टयै नमः
5. ॐ पुष्टयै नमः
6. ॐ रत्यै नमः
7. ॐ धृत्यै नमः
8. ॐ शशिन्यै नमः
9. ॐ चण्डिकायै नमः
10. ॐ काल्यै नमः
11. ॐ ज्योत्स्नायै नमः
12. ॐ श्रियै नमः
13. ॐ प्रीत्यै नमः
14. ॐ अंगदायै नमः
15. ॐ पूर्णायै नमः
16. ॐ पूर्णामृतायै नमः

इस प्रकार करने के बाद बांये हाथ में केसर से चावल रंग कर दाहिने हाथ से थोड़े-थोड़े चावल दोनों पादुकाओं पर डालते हुए निम्न उच्चारण करें–

1. मध्ये श्री कृष्ण आवाहयामि स्थापयामि
2. दक्षिणे वासुदेवं आवाहयामि स्थापयामि
3. पश्चिमे अनिरूद्धाय नमः स्थापयामि
4. पूर्वे वैशंपायनाय नमः स्थापयामि
5. उत्तरे जैमिन्यै नमः स्थापयामि

इसके बाद जिस पात्र में पादुका हो वह पात्र अपने सिर पर रख कर दोनों हाथों में ले कर साधक निम्न प्रकार से उच्चारण करें–

1. ॐ श्री शंकराचार्याय नमः आवाहयामि स्थापयामि
2. ॐ विश्वरूपाचार्याय नमः आवाहयामि स्थापयामि
3. ॐ पद्मपादाचार्याय नमः आवाहयामि स्थापयामि
4. ॐ हस्तामलकाचार्याय नमः आवाहयामि स्थापयामि
5. ॐ त्रोटकाचार्याय नमः आवाहयामि स्थापयामि
6. ॐ दत्तात्रेयाय नमः आवाहयामि स्थापयामि
7. ॐ जीवन मुक्ताय नमः आवाहयामि स्थापयामि
8. ॐ नारदं वामदेवं कपिलं आवाहयामि स्थापयामि

इसके बाद हाथों में पुष्प ले कर पादुका को सामने रख कर पादुका पर पुष्प समर्पित करते हुए निम्न उच्चारण करें––

1. ॐ गुरवे नमः गुरु आवाहयामि स्थापयामि
2. ॐ परम गुरवे नमः परम गुरु आवाहयामि स्थापयामि
3. ॐ परात्पर गुरवे नमः परात्पर गुरु आवाहयामि स्थापयामि
4. ॐ परमेष्ठि गुरवे नमः परमेष्ठिगुरु आवाहयामि स्थापयामि
5. ॐ परम गुरवे नमः परम गुरु आवाहयामि स्थापयामि

इसके बाद दोनों हाथों में पुष्प ले कर साथ में अक्षत, कुंकुम, पुष्प माला ले कर पादुका के ऊपर समर्पित करते हुए उच्चारण करें–

1. ॐ सर्वशास्त्रार्थत्वज्ञं निखिलेश्वरानन्दाय आवाहयामि स्थापयामि
2. ॐ परमानन्दरूपेण स्वामी सच्चिदानन्द आवाहयामि स्थापयामि
3. ॐ ब्रह्मण्य रूपेण वेद व्यासाय आवाहयामि स्थापयामि
4. ॐ पूर्णत्व प्रदाय चतुर्मुख ब्रह्मा आवाहयामि स्थापयामि

सूक्ष्म गुरुतत्व मंत्र–

सर्वथा गुप्त और दुर्लभ द्वादशार्थ सरसी रुह के रूप में जो गुरु मंत्र के बारह वर्ण हैं, वे निम्न हैं जो कि ब्राह्मण के गुरुओं का प्रतिनिधित्व करते हैं साधक को **गुरु माला** से चार माला निम्न ब्रह्माण्ड गुरु मंत्र की जपनी चाहिए।

।। स ह फ्रें ह स क्ष म ल व र यू म्।।

इस प्रकार यह द्वादश वर्ण युक्त मंत्र तुरन्त कुण्डलिनी जागरण में पूर्ण रूप से सहायक है। यदि साधक पादुका पूजन कर उपरोक्त गुरु मंत्र (ब्रह्माण्ड गुरु मंत्र) का जप करता है, तो निश्चय ही उसकी कुण्डलिनी और सहस्त्रार जाग्रत होता है, यह प्रामाणिक वचन है।

इसके बाद **'गुरु पादुका पंचक'** का मधुरता के साथ पाठ करें।

ॐ गुरु पादुका पंचकम्

ॐ नमो गुरुभ्यो गुरुपादुकाभ्यो
नम: परेभ्य: परपादुकाभ्य:।
आचार्यसिद्धेश्वरपादुकाभ्यो ,
नमो नम: श्री गुरुपादुकाभ्य:।।1।।

ऐंकारह्रींकाररहस्ययुक्त –
श्रींकारगूढ़ार्थमहाविभूत्या ।
ओमकारमर्मप्रतिपादिनीभ्यां
नमो नम: श्री गुरु पादुकाभ्याम्।।2।।

होत्राग्निहोत्राग्निहविष्यहोतृ –
होमादिवर्साकृतिभासमानम् ।
यद् ब्रह्म तद् बोधवितारिणीभ्यां
नमो नम: श्री गुरु पादुकाभ्याम्।।3।।

कामादिसर्पव्रजगारूडाभ्यां
विवेकवैराग्यनिधिप्रदाभ्यां
बोधप्रदाभ्यां द्रुतमोक्षदाभ्यां
नमो नम: श्री गुरु पादुकाभ्याम्।।4।।

अनंतसंसारसमुद्रतार –
नौकायिताभ्यां स्थिरभक्तिदाभ्यां।
जाड्याब्धिसंशोषणवाडवाभ्यां
नमो नम: श्री गुरु पादुकाभ्याम्।।5।।

इसके बाद साधक पांच बत्तियों और कपूर से आरती सजा कर कर गुरु आरती करे और परिवार के सदस्यों को प्रसाद वितरित करे।

यह पादुका पूजन प्रयोग मात्र पूजन प्रयोग ही नहीं है अपितु भारतीय तांत्रिक ग्रन्थों का अनमोल रत्न है, जो मैंने पत्रिका पाठकों के लिये प्रस्तुत किया है। केवल पादुका पूजन से ही पूरा शरीर झंकृत हो जाता है, रोम-रोम में देवताओं का निवास और ब्रह्माण्ड के समस्त गुरुओं की स्थापना हो जाती है और साधक की कुण्डलिनी पूर्ण रूप से चैतन्य तथा जागृत होने लगती है जिससे वह समस्त ब्रह्माण्ड को अपने आप में समेटे हुए, पूर्ण ब्रह्मानंद का आस्वादन करने में समर्थ सफल हो पाता है।

(पारद गुरु पादुका - 600 + गुरु माला 300/-)

श्री गुरुदेवं नितरां नमामि

गुरुं प्रशांतं भवभीत नाशम
विशुद्ध बोधं कलुषस्य हारम्।
आनन्द रूपां नयनाभिरामम्
श्री गुरुदेवं नितरां नमामि।।1।।
अज्ञाननाशं नित्य प्रकाशम्
सत्चित् स्वरूपम् जगदेक मूर्तिम्।
विश्वाश्रयं विश्व पतिम् परेशं
श्री गुरुदेवं नितरां नमामि।।2।।
अणुं महान्तम् सद् सत् परच
यौगेक गम्यम् करुणावतारम्।
सदा वसन्तं हृदयारविन्दे
श्री गुरुदेवं नितरां नमामि।।3।।
स्वयं भूवम् शान्तमनन्त आद्यम्
ब्रह्मादि वन्द्यम् परमेश पूज्यम्।
कालात्मकं कालभुवम् शरण्यम्
श्री गुरुदेवं नितरां नमामि।।4।।
भोगापवर्गम् प्रतिदान शक्तम्
बन्धु सखायां सुहृदय प्रियंच।
अज्ञान नाश सत् चित् प्रकाशम्
श्री गुरुदेवं नितरां नमामि।।5।।
प्रेमाम्बुधिं प्रेम रसायन च
प्रेम प्रदान निधिम द्वितीयं।
मृत्युञ्जयं मृत्युभयापहारम्
श्री गुरुदेवं नितरां नमामि।।6।।
ज्योतिर्मय पूर्णमनन्त शक्तिं
संसार सारं हृदयेश्वरं च।
विज्ञान रूपं सकलार्तिनाशम्
श्री गुरुदेव नितरां नमामि।।7।।
स्नेहं दयां वत्सलतां विधाय
चित्तं प्रमुग्ध कृतमत्रयेन।
त्वं दीनानाथ भव सिन्धु पोतम्
श्री गुरुदेव नितरां नमामि।।8।।

भगवती दुर्गा के नौ रूपों मे शुलिनी का सर्वाधिक महत्त्व है,
महाशैव तन्त्र में बताया गया है, कि जीवन में एक बार अवश्य ही
शुलिनी साधना सम्पन्न करनी चाहिए,
जिससे बाकी जीवन के समस्त पाप, रोग, शोक, दुख, दारिद्र्य समाप्त हो सके।

इस साधना की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि यह मनोकामना सिद्धि प्रदायक साधना है, शास्त्रों में बताया गया है कि, साधक जो इच्छा ले कर साधना में बैठता है यह साधना समाप्त होते होते या साधना समाप्ति के कुछ दिनों बाद उसका मनोरथ अवश्य ही पूर्ण हो जाता है।

इस साधना के लिए सर्वाधिक उपयुक्त समय पुष्य नक्षत्र है, दो दिनों में इस साधना को सम्पन्न कर साधक अपने मन की इच्छा पूर्ण कर सकते हैं।

कई तांत्रिक ग्रन्थों में शुलिनी दुर्गा साधना के बारे में बहुत अधिक विवरण, वर्णन और महत्व दिया गया है, अधिकतर शास्त्रों में और तांत्रिक ग्रन्थों में यह स्वीकार किया गया है कि कलियुग में शुलिनी साधना तुरन्त प्रभावयुक्त है, कई बार तो साधक जब तक मन्त्र जप समाप्त करता है, तब तक उसे मनोवांछित समाचार सुनने को मिल जाते हैं।

चामुण्डा तन्त्र में बताया गया है कि जो साधक अपने जीवन में एक बार भी शुलिनी साधना सम्पन्न नहीं करता, उसके जीवन के सारे पुण्य अपने आप में ही क्षय हो जाते हैं, शाक्त ग्रन्थों में बताया गया है कि जो सही अर्थों में भगवती दुर्गा के उपासक हैं।

उनके अपने जीवन में शूलिनी साधना अवश्य ही सम्पन्न करनी चाहिए, योगिनी तन्त्र में शूलिनी साधना करने के नौ लाभ बताये हैं साथ ही साथ यह भी बताया है कि यदि साधक निष्ठापूर्वक दो दिनों की साधना को सम्पन्न करता है तो साधना समाप्त होते होते उसके कार्य सिद्ध हो जाते हैं।

तन्त्र ग्रन्थों में वर्णित शुलिनी साधना के लाभ

योगिनी तन्त्र में इस साधना को सम्पन्न करने के निम्न नौ लाभ बताये हैं,- 1. शत्रु पर पूर्ण रूप से विजय प्राप्त करना, 2. मुकदमों में शीघ्र और अनुकूल परिणाम प्राप्त करना, 3. मनोवांछित व्यक्ति या स्त्री से विवाह सम्पन्न होना, 4. रूका हुआ पैसा प्राप्त हो जाना या ऋण मुक्त हो जाना।, 5. जीवन के पापों के नाश के लिए, 6. भगवती दुर्गा के साक्षात दर्शन के लिए, 7. समस्त प्रकार के रोगों को समाप्त करने के लिए और पूर्ण आयु प्राप्त करने के लिए, 8. मनोनुकूल और मनोवांछित कार्य की सफलता के लिए, 9. प्रत्येक प्रकार की साधना में सफलता प्राप्त करने के लिए।

मेरे अनुभव में यह आया है कि यदि साधक को किसी भी प्रकार की बाधा, परेशानी अथवा अड़चन हो, या कोई कार्य सिद्ध नहीं हो रहा हो, या प्रयत्न करने पर भी हम जिस प्रकार से चाहें उस प्रकार से कार्य सफल नहीं हो रहा हो, तो यह साधना अपने आप में अद्भुत् सिद्धिदायक और तत्क्षण सफलतादायक है, वास्तव में ही जब-जब मेरे जीवन में किसी प्रकार की बाधा या अड़चन आई मुझे हाथों हाथ अनुकूल परिणम प्राप्त हुए, राज्य संकट, राज्य बाधा, रोग निवारण, शत्रुओं पर विजय और मनोवांछित कार्य सिद्धि के लिए तो यह साधना सर्वाधिक उपयुक्त है।

साधना समय

यों तो इस साधना को कभी भी सम्पन्न किया जा सकता है, परन्तु यदि इसका समापन पुष्य नक्षत्र के दिन हो, तो सर्वाधिक उपयुक्त रहता है, 15 नवम्बर को पुष्य नक्षत्र है, अत: साधकों को चाहिए कि 14 नवम्बर को यह साधना प्रारम्भ करें, और दूसरे दिन पुष्य नक्षत्र में इसका समापन कर दें। इस साधना को अभीष्ट सिद्धि दिवस को भी प्रारम्भ कर सके हैं।

साधना सामग्री

शास्त्रों के अनुसार साधना स्थल शुद्ध और पवित्र करने के लिए, गंगाजल से धो लेना चाहिए, या शुद्ध पानी से पवित्र कर लेना चाहिए, फिर साधना स्थल पर ही लकड़ी के बाजोट पर लाल वस्त्र बिछा कर उसके मध्य में चावलों की ढ़ेरी पर एक दीपक लगाना चाहिए, यह दीपक इस प्रकार का हो जिसकी आठ बत्तियां हो, अर्थात् पीतल का या मिट्टी के एक ही दीपक में एक साथ आठ बत्तियां लगानी चाहिए, जो अष्ट दुर्गाओं की प्रतीक है, पूरा मन्त्र जप इसी दीपक पर ध्यान केन्द्रित कर के करना है।

उस बाजोट पर बीच में यह दीपक स्थापित हो, और बाजोट के चारों कोनों पर चार चावल की ढ़ेरियां बना कर प्रत्येक ढ़ेरी पर एक-एक सुपारी रखें, ये सभी महावीर हैं, जो कि कार्य सिद्धि में पूर्ण सहायक हैं, फिर दीपकके दाहिनी ओर गणेश ओर बांयी और क्षेत्रपाल को स्थापित करना चाहिए, इसकी स्थापना भी चावलों की ढ़ेरी बना कर उस पर सुपारी रख कर गणेश या क्षेत्रपाल की भावना मन में रखते हुए उसकी स्थापना करनी चाहिए।

इसके बाद दीपक और साधक के बीच में उस लकड़ी के बाजोट पर ही एक पात्र में **शूलिनी यन्त्र** की स्थापना करें। यह तंत्र ताबीज के आकार का होता है।

इसके अलावा जल पात्र, केसर, कुंकुम, अक्षत, नारियल, पुष्प, फल, और नैवेद्य पहले से ही ला कर रख देना चाहिए, दीपक में शुद्ध घृत का प्रयोग करना चाहिए।

साधना प्रयोग

साधक स्नान कर शुद्ध वस्त्र धारण कर पूर्व या उत्तर की ओर मुंह कर बैठ जाय और फिर सर्व प्रथम कुंकुम, तथा केसर को मिला कर दीपक की पूजा करें-

ॐ नमो भगवति दीप-ज्योति-त्रिकोण-संस्थे अखण्ड-ज्योति, अखण्ड त्रिशत्कोटि -देवता-मालिनी-निर्मल, अर्ध-रात्रि, निगम -स्तुते, ज्वाला-मालिनि दीप ज्योति, सर्व कार्य सिद्धिं कुरु कुरु नमः।।

इसके बाद दीपक की जो आठ बत्तियां लगी हुई हैं,

उन अष्ट सिद्धियों की पूजा पुष्पों के माध्यम से करें, और प्रत्येक सिद्धि को तीन-तीन पुष्प समर्पित करें, इस प्रकार 24 पुष्प समर्पित किये जाते हैं।

ॐ श्री ह्रीं अणिमा सिद्धये नमः।
ॐ श्री ह्रीं गरिमा सिद्धये नमः।
ॐ श्री ह्रीं महिमा सिद्धये नमः।
ॐ श्री ह्रीं लघिमा सिद्धये नमः।
ॐ श्री ह्रीं प्राप्ति सिद्धये नमः।
ॐ श्री ह्रीं प्राकाम्य सिद्धये नमः।
ॐ श्री ह्रीं ईशित्व सिद्धये नमः।
ॐ श्री ह्रीं वशित्व सिद्धये नमः।

इसके बाद शेष तीन पुष्प पात्र में स्थापित यन्त्र के सामने निम्न मन्त्र का उच्चारण करते हुए समर्पित करें-

ॐ ह्रीं श्रीं सर्वसिद्धि दात्र्यै नमः।

इसके बाद जो यन्त्र स्थापित किया हुआ है, उसके नैऋत्य कोण में एक चावल की ढ़ेरी बना कर उस पर महासिंह का आह्वान इस मन्त्र से करें-

ॐ आं वज्र नख वज्र दंष्ट्रायुधाय
महा-सिंहाय हुं फट् नमः।

इस प्रकार पूजन कर साधक अपने गुरू के चित्र को स्थापित कर उसका संक्षिप्त पूजन करें, गुरू चरणों का ध्यान कर यह इच्छा प्रकट करें कि उसे शूलिनी साधना में सिद्धि प्राप्ति हो।

इसके बाद सामने जो दीपक लगा हुआ है, उस दीपक की सामने वाली ज्योति पर शूलिनी दुर्गा का ध्यान निम्न प्रकार से करें-

ध्यान

बिभ्राणां शूल-बाणान् असि-हरि-
परिधान् चाप-पाशान गदाभ्य,
वन्दे सिंहाधिरूढ़ां मम जननी
महं, श्रद्धया वीर-भद्राम्।
एषां माता समेषां सुर-मुनि-
विनुता शत्रु-संहार-दक्षा,
नत्या बुद्धा वियुद्धा ज्वलयतु,
सततं मामकं चित्त-दीपम।।

विशेष चिन्तन

साधक को दीपक के सामने की ज्योति में दृष्टि रखते हुए, यह ध्यान तब तक करते रहना चाहिए जब तक कि दीपक में भगवती शूलिनी के दर्शन न हो जायें, इसके लिए यदि साधक चाहें तो त्रिशूल के आकार का दीपक तैयार करवा सकते हैं, और एक ही दीपक में जो आठ बत्तियां लगाई जाती है उनमें बाकी बत्तियां भले ही धीमी गति से प्रज्वलित हों, पर सामने जो दीप शिखा है वह रूई की मोटी बाती हो, जिससे कि लौ थोड़ी उंची उठी हुई रह सके, और उसमें भगवती शूलिनी के साक्षात् दर्शन हो सके।

कई साधकों को तो ग्यारह बार या इक्कीस बार ध्यान करने पर ही दर्शन या ज्वाला रूप में प्रकाश दिखाई दे जाता है, अतः साधकों को पूर्ण मनोयोग पूर्वक इस ध्यान का उच्चारण करना चाहिए, ज्यादा से ज्यादा 21 बार उच्चारण किया जा सकता है।

यह साधना रात्रि को या दिन को कभी भी सम्पन्न की जा सकती है, इसके बाद साधक को चाहिए कि वह एक सौ आठ माला मन्त्र जप करे, इसमें दो विधान है, साधक एक ही रात में 108 माला मन्त्र जप करे या पहले दिन 54 माला मन्त्र जप करे और शेष दूसरे दिन 54 माला मन्त्र जप कर साधना को पूर्णता प्रदान करें। यह मंत्र जप **शक्ति माला** से मरना चाहिए।

दूसरे दिन भी साधक मन्त्र जाप कर सकता है, पर दिन को ही मन्त्र जाप करना चाहिए और मन्त्र जाप के बाद 108 आहुतियां मूल मन्त्र की दी जानी चाहिए।

किसी पात्र में अग्नि को स्थापित कर, एक पात्र में तिल, चावल, शहद, गुड़ और राई मिला कर उसमें घी डाल कर मूल मन्त्र के साथ 108 आहुतियां दी जानी चाहिए।

मूल मन्त्र

।। ॐ ऐं श्रीं क्लीं ह्रीं क्ष्मूं दुं दुर्गाय नमः।।

दूसरे दिन जब मन्त्र जप पूरा हो जाय तब तक अखण्ड दीपक जलता रहना चाहिए, साधक प्रथम दिन रात्रि को साधना प्रारम्भ करें और दूसरे दिन सुबह स्नान आदिसे निवृत्त हो कर शेष मन्त्र जप सम्पन्न कर 108 आहुतियां पूरी कर दे, इस प्रकार यह साधना सम्पन्न हो जाती है।

साधना सम्पन्न करने के बाद यदि सम्भव हो तो किसी ब्राह्मण के यहां भोजन सामग्री भिजवा देनी चाहिए, अथवा किसी कुंवारी कन्या को घर में बुला कर उसे भोजन करा कर यथोचित वस्त्र दक्षिणा आदि प्रदान करनी चाहिए, यदि यह सम्भव न हो तो किसी मन्दिर में जा कर संक्षिप्त भेंट करके साधना सम्पन्न माननी चाहिए।

इसके बाद इस यन्त्र को धागे में पिरो कर अपने गले में बांध लेना चाहिए या पूजा स्थान में रख देना चाहिए, दीपक में धीरे-धीरे घी समाप्त होने पर अपने आप विसर्जित होने पर उठा कर एक तरफ रख दें, या मिट्टी का दीपक हो तो बाहर फेंक दें, लाल वस्त्र और उन पर जो चावलों की ढ़ेरियां बनाई थीं, उन सबको इसी लाल वस्त्र में बांध कर किसी मन्दिर में रख देना चाहिए अथवा तालाब में विसर्जित कर देना चाहिए।

वास्तव में शत्रु संहार, रोग निवारण, साधन सिद्धि और प्रत्यक्ष दर्शन के लिए यह पूर्ण सफल और समस्त कार्यों में सिद्धि प्रदाय साधना है।

साधना सामग्री 650/-

अपने अवगुण की पहचान

एक बार एक व्यक्ति किसी गुरु के पास गया और कहा कि गुरुदेव मेरा जीवन व्यर्थ है, बेकार है। आप कोई उपदेश दीजिए कि मैं जीवन को समझ सकूं और इस तुच्छ जीवन को उन्नतिशील बना सकूं तब उन गुरु ने कहा कि अगर तुम्हें तुम्हारा जीवन तुच्छ लगता है तो तुम जाओ और, तुम्हें जो वस्तु अपने से नीच, तुच्छ और बेकार लगे उसे ले आओ।

वह व्यक्ति चला गया और उसने सबसे पहले रास्ते में कुत्ते को देखा, कुत्ते को देखकर उसके मन में विचार आया कि मैं मनुष्य हूँ और यह जानवर, इसलिये यह मुझसे नीच है, लेकिन तभी उसे ख्याल आया कि कुत्ता तो वफादार और स्वामिभक्त जानवर है और मुझसे तो अच्छा है।

फिर वह आगे बढ़ा तो उसे एक कांटेदार झाड़ी दिखाई दी, उसने मन में सोचा कि यह तो अवश्य ही मुझसे तुच्छ और बेकार है परन्तु फिर ख्याल आया कि कांटेदार झाड़ी तो खेतों में बाड़ लगाने के काम आती है और फसल की रक्षा करती है। मुझसे तो यह भी बेहतर है।

आगे चला तो उसे गोबर का ढेर दिखाई दिया। उसने सोचा गोबर अवश्य ही मुझसे बेकार है परन्तु सोचने पर उसे समझ में आया कि गोबर से तो खाद बनती है और यह तो मिट्‌टी को उपजाऊ बनाता है और किसानों को फसल उगाने के काम आता है और यह चौका और आंगन लीपने के काम भी आता है। इसलिये यह भी मुझसे बेकार नहीं है।

उसने जिस-जिस वस्तु को देखा वही चीज उसे खुद से अच्छी लगी। वह निराश होकर खाली हाथ गुरुजी के पास आ गया और बोला-'गुरुदेव मुझे अपने से तुच्छ और बेकार कोई वस्तु नहीं मिली। गुरु ने उस व्यक्ति को अपना शिष्य बना लिया और कहा जब तक तुम दूसरों के गुण और अपने अवगुण देखते रहोगे, तो अपने आप में स्वयं ही सुधार होता रहेगा और तब तक तुम्हें किसी और उपदेश की आवश्यकता नहीं।

सद्‌गुरुदेव ने भी हमेशा यही कहा कि साधना में आगे बढ़ने के लिए और अपने व्यक्तित्व में निखार लाने के लिए सदैव दूसरों के गुण और अपने अवगुणों पर विचार करो।

राजेश गुप्ता 'निखिल'

मेष – इस सप्ताह की शुरुआत संतोषजनक रहेगी। जीवन में परिवर्तन आयेगा। थोड़ा टेंशन भरा समय रहेगा। मेहनत का फल अभी नहीं मिलेगा। शत्रु भी हानि पहुंचाने की कोशिश करेगा। विद्यार्थियों का मन पढ़ाई में नहीं लगेगा। सरकारी कार्यों को निपटाने में सफल होंगे। नये मित्र मिलेंगे। जीवनसाथी से एवं संतान से सहयोग मिलेगा। दूसरे सप्ताह में सावधान हरें। विश्वास पात्र ही विश्वासघात कर सकता है। अचानक घाटा हो सकता है। कोई टैक्स सम्बन्धी परेशानी आ सकती है। माह के मध्य में कोई महत्वपूर्ण वस्तु खो जाने से परेशानी हो सकती है। रुपयों की वसूली होगी। नौकरीपेशा का ट्रांसफर मनोवांछित न होने से परेशान रहेंगे। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें। गलत रास्ते से पैसा कमायेंगे। महत्वपूर्ण कार्यों को पूरा करने में दिलचस्पी लेंगे। आप **भाग्योदय दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ – 1, 2, 9, 10, 11, 19, 20, 21, 27, 28

वृष –प्रारम्भ लाभकारी रहेगा। पैतृक सम्पत्ति मिलेगी। महात्माओं के प्रवचन सुनने में आनंद का अनुभव होगा। नौकरीपेशा की तरक्की के अवसर हैं। उच्च अधिकारी से सहयोग मिलेगा। अचानक कोई आपत्ति से परेशानी आ सकती है। अपने ही हानि पहुंचा सकते हैं। दूसरे सप्ताह में कोई कार्य दूसरों के भरोसे न छोड़ें, स्वयं करें। महत्वपूर्ण कार्यों में रुकावट अनुभव करेंगे। प्रात: टहलने की आदत बनायें स्वास्थ्य ठीक रहेगा। प्यार में सफलता मिलेगी। इस समय प्रोपर्टी का कार्य न करें। दाम्पत्य जीवन सुखमय रहेगा। रुपया किसी को उधार न देवें। इस समय कैरियर चुनने के विकल्प मिलेंगे। निर्णय सोच-समझ कर लें। दूसरों की परेशानी में आप भी परेशान होंगे। स्वभाव चिड़चिड़ा होगा। आखिरी दिनों में भाग्योदय होगा। **भाग्योदय दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ – 2, 3, 4, 11, 12, 13, 21, 22, 23, 30

मिथुन – प्रारम्भ थोड़ा शुभ नहीं है। कोई परेशानी आ सकतीहै। कार्य बनते-बनते रुक जायेंगे। लापरवाही न करें एवं आवेश में न आयें। तीर्थ यात्रा का योग है। रुके रुपये प्राप्त होंगे, संतान का सहयोग मिलेगा। जीवनसाथी के साथ मतभेद दूर होंगे। आय के स्रोत खुलेंगे। परिवार में शांति का वातावरण रहेगा। बाहर के किसी व्यक्ति से उलझें नहीं। किसी और की गलती भुगतनी पड़ सकती है, सावधान रहें। संदेहात्मक तरीकों से पैसा आयेगा। भौतिक सुख-साधनों में पैसा खर्च होगा। शेयर मार्केट के कार्यों में लाभ के साथ हानि भी हो सकती है। विद्यार्थियों के लिए समय अनुकूल है। वाणी की मिठास से उच्चाधिकारी वर्ग प्रसन्न रहेंगे। संतान आपको पूर्ण सहयोग करेगी। मन प्रसन्न हो उठेगा। जिम्मेदारियां अधिक होने के बाद भी आप निभाने में सफल होंगे। स्वास्थ्य का ध्यान रखें। जीवनसाथी के साथ संयमपूर्ण बर्ताव करें। आप **गृहस्थ सुख दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ – 4, 5, 6, 14, 15, 16, 23, 24, 25

कर्क – प्रारम्भ में अनुकूल परिणाम मिलेंगे। आर्थिक स्थिति में सुधार होगा। परिवार में सभी से सहयोग मिलेगा। किसी अनजान से बहस होने पर आवेश में न आयें। लक्ष्य की ओर सहजता से बढ़ेंगे। वरिष्ठों से बहस करने से बचें। फालतू के कार्यों में रुपये खर्च होंगे। बेरोजगारों को रोजगार के अवसर उपलब्ध होंगे। स्वास्थ्य के प्रति विशेष सावधानी रखें। पेट की बीमारी से परेशान रहेंगे। विद्यार्थियों का मन पढ़ाई में नहीं लगेगा। यात्रा का योग है, इस बीच किसी ऐसे व्यक्ति से मुलाकात होगी जो जीवनचर्या को ही बदल देगी। यात्रा यादगार बन जायेगी। आखिरी तारीख में कोई भी कार्य सोच-विचार कर करें। वाणी पर संयम रखें शत्रु हानि पहुंचाने की कोशिश करेंगे। **बगलामुखी दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ – 7, 8, 9, 17, 18, 25, 26, 27

सिंह – प्रारम्भ सुखप्रद रहेगा। प्रत्येक कार्य में सफलता मिलेगी। इसके बाद का समय पक्ष में न होने से कलह का वातावरण रहेगा। फालतू खर्च से बचें। शत्रु पक्ष से सावधान रहें। कोई महत्वपूर्ण समाचार मिलेगा। अविवाहितों के विवाह की चर्चा चलेगी। गरीबों की सहायता कर आत्मसंतुष्टि अनुभव करेंगे। व्यापार का विस्तार कर सकेंगे। सबके प्रति प्रेम का व्यवहार करेंगे। माह के मध्य में विद्यार्थियों के विद्याध्ययन में रुकावट आ सकती है। संतान कहने में नहीं रहेगी। जिस पर भरोसा किया, वही धोखा दे सकता है। वाहन चालन में सावधानी रखें। वैवाहिक जीवन में खटपट रहेगी। किसी अपने का स्वास्थ्य खराब हो सकता है। पति-पत्नी में गलतफहमियां दूर होकर प्रेम का वातावरण बनेगा। प्रेम में सफलता नहीं मिलेगी। मित्रों एवं सम्बन्धी का सहयोग मिलेगा। मुसीबत में दूसरों की भलाई से आत्मसंतोष मिलेगा। आप **कुण्डलिनी जागरण दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ – 1, 2, 9, 10, 11, 19, 20, 21, 27, 28

कन्या – माह की शुरुआत अच्छी रहेगी। परिवार में सभी का स्वास्थ्य अच्छा रहेगा। प्रोपर्टी के मामले सुलझेंगे। घर में कोई मांगलिक कार्य हो सकता है। किसी महत्वपूर्ण कागज पर बिना पढ़े हस्ताक्षर न करें। आलस्य से दूर रहें, अन्यथा कई अच्छे अवसर गवां देंगे। धार्मिक यात्रा सम्भव है। शत्रु पक्ष को शांत रखने में सक्षम रहेंगे। माह के मध्य में निर्णय सोच-विचार कर लें। दो नम्बर के किसी कार्य को करने से

बचें। उधारी के पैसे वसूल नहीं होंगे। अधूरे कार्यों को अपनी कड़ी मेहनत से पूरा कर लेंगे। किसी पुराने मित्र से मुलाकात होगी। संतान आय के कार्य को सम्भाल लेगी। सरकारी कर्मचारियों का प्रमोशन सम्भव है। सभी आपके व्यवहार की तारीफ करेंगे। फालतू के वाद-विवाद से दूर रहे, संयम बरतें। आखिरी तारीख में कोई अपना धोखा दे सकता है। आप **चैतन्य दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 2, 3, 4, 11, 12, 13, 21, 22, 23, 30

तुला - प्रारम्भ में कोई अनहोनी घटना हो सकती है, आप फालतू की झंझटों में उलझेंगे। यात्रा से बचें। जमीन की खरीद में लाभ हो सकता है। यदि किसी परीक्षा में भाग ले रहे हैं तो मेहनत करें, सफलता मिलेगी। उच्च अधिकारियों से मुलाकात सफलता देगी। लॉटरी या सट्टेबाजी से दूर रहें। मन उदास रहेगा, परिवार में अशांति रहेगी। माह का मध्य विजय दिलायेगा। शत्रुओं को जवाब देकर शांत रख सकेंगे। तीसरे सप्ताह में आपके चाहे अनुसार परिणाम नहीं आयेंगे अत: अधिक उत्साह की प्रवृति पर नियंत्रण रखें। पुत्री के विवाह के अवसर हैं। आखिरी सप्ताह में औरों की लापरवाही आपके कामकाज में समस्यायें पैदा करेंगी। बेबुनियाद इल्जाम भी लग सकते हैं, नुकसान उठाना पड़ेगा। फालतु के कार्यों पर ध्यान न दें, सतर्क रहें। **हनुमान दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 4, 5, 6, 14, 15, 16, 23, 24, 25

वृश्चिक - प्रारम्भ सन्तुष्टप्रद रहेगा। नया कारोबार प्राम्भ कर सकते हैं। अविवाहितों का विवाह का योग है। जीवनसाथी के साथ गलतफहमियां दूर होकर प्रेम का वातावरण बनेगा। इस समय जमीन का लेन-देन न करें। किसी पुराने मित्र से मुलाकात होगी। कठिनाइयों से गुजरते हुये भी मंजिल प्राप्त कर सकेंगे। व्यापार पर ध्यान दें। संयम से कार्य करें। व्यापारिक यात्रा से लाभ प्राप्ति हागी, धार्मिक कार्यों से रुचि रहेगी। विद्यार्थियों का पढ़ाई में मन लगेगा। दाम्पत्य जीवन सुखमय रहेगा। अचानक कारखाने में कोई मशीन खराब होने से कार्य बीच में रुक जायेंगे, नुकसान भी उठाना पड़ सकता है। परन्तु आप शीघ्र ही हल कर सकेंगे। घर में मांगलिक कार्य होंगे, ध्यान रखें, अपनी गलतियों को बार-बार न दोहरायें। आप इस माह **गणपति दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 7, 8, 9, 17, 18, 25, 26, 27

धनु - प्रारम्भ सुखमय रहेगा। पैतृक सम्पत्ति मिलेगी। विद्यार्थियों के लिए सफलता का समय है। किसी भी कागजात पर बिना पढ़े हस्ताक्षर न करें। शत्रुओं से सावधान रहें। भाइयों में परस्पर सहमति रहेगी। सरकारी कार्यों को पूरा करने में समर्थ रहेंगे। सेहत के लिए नित्य खुली हवा में टहलने का प्रोग्राम बनायें। शेयर मार्केट में नुकसान हो सकता है। परिवार में अशांति होगी। कैरियर चुनने के लिए कई तरह के अनुबंध हासिल होंगे। रुकी हुई पदोन्नति मिल सकती है। प्यार में सफलता मिलेगी। तीसरे सप्ताह उतार-चढ़ाव भ्रा रहेगा। परेशानी का वातावरण रहेगा, आखिरी सप्ताह में सावधान रहें। कोई महत्वपूर्ण कागजात पर हस्ताक्षर कराने की कोशिश करेगा। किसी पर अत्यधिक विश्वास न करें। कदम फूंक-फूंक कर रखें। महात्माओं के प्रवचन सुनने से शांति मिलेगी। **मन:चेतना दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 1, 2, 9, 10, 11, 19, 20, 21, 27, 28, 29

मकर - माह का प्रारम्भ परिस्थितियों में सुधार के साथ होगा। आने वाले कांटों को दूर कर लेंगे। गरीबों की सहायता से आत्म संतुष्टि मिलेगी। मनचाहा ट्रांसफर भी सम्भव है। काम-धंधे में हानि उठानी पड़ सकती है। शक के दायरे में आ सकते हैं। शत्रु हावी होंगे। गलत सोहबत के दोस्तों से दूर रहें। नशीले पदार्थों का सेवन न करें।

सर्वार्थ सिद्धि योग	-	नवम्बर-14, 18, 20, 24, 27, 28
रवि योग	-	नवम्बर-2, 6, 7, 14, 15, 27, 28
खग्रास चंद्रग्रहण	-	08.11.22 (विवरण पेज 30 पर)

अविवाहितों का विवाह हो सकता है। कम्प्यूटर हार्डवेयर के काम में विशेष रुचि रहेगी। माह के मध्य में वाहन धीमी गति से चलायें। स्वास्थ्य ठीक नहीं रहेगा। परेशानियां रहेगी। किसी के बहकावे में न आयें। व्यापार के सिलसिले में की गई यात्रा लाभदायक रहेगी। आय के स्रोतों में वृद्धि होगी। विद्यार्थियों की रुचि पढ़ाई में रहेगी। अपनी कोई कमजोरी उजागर न हरें। दूसरों की भलाई करने पर भी आपको अहित मिलेगा। धार्मिक कार्य करेंगे। आप इस माह **कुण्डलिनी जागरण दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 2, 3, 4, 11, 12, 13, 21, 22, 23, 30

कुम्भ - माह का प्रारम्भ असन्तुष्टता से भरा रहेगा। मन अशांत रहेगा। समस्याओं से मन एवं स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ सकता है। दूसरे सप्ताह से वातावरण अनुकूलता प्राप्त करेगा। अविवाहितों का विवाह होगा। अच्छी कमाई आर्थिक उन्नति होगी। दूसरों की समस्या में न उलझें, कोई छुपा राज खुल सकता है। व्यापारिक यात्रा लाभकारी होगी। माह के मध्य की शुरूआत अच्छी होगी। आकस्मिक धन लाभ हो सकता है। आलस्य से काम रुक या बिगड़ सकते हैं। शत्रु इस स्थिति में परेशान करेंगे। अनावश्यक खर्च से बचें, स्वयं पर भरोसा रखते हुए आगे बढ़ें। आखिरी सप्ताह पक्ष में नहीं है। स्वास्थ्य भी ठीक नहीं रहेगा। महत्वपूर्ण कार्य अटकेंगे। यात्रा से लाभ होगा, आखिरी तारीख में चिंताओं से मुक्ति मिलेगी, मनोबल बढ़ेगा। आप इस माह **नवग्रह शांति दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 4, 5, 6, 14, 15, 16, 23, 24, 25

मीन - प्रारम्भ श्रेष्ठप्रद रहेगा। उन्नति में मित्रों का सहयोग मिलेगा। विरोधी मार्ग से स्वत: हट जायेंगे। काम-काज में रुकावटें कम होंगी। आप अपनी गलतियों को बार-बार न दोहरायें। रुके कार्य पूर्ण होंगे, अचानक किसी की तबियत खराब हो सकती है। व्यापार स्थिति भी डगमगा सकती है। कोई भी कार्य बिना सोच-विचारे न करें। शत्रु पक्ष को शांत रखने में सक्षम होंगे। माह के मध्य के बाद परेशानियां दूर होकर सहयोग का वातावरण बनेगा। कार्य के सिलसिले में यात्रा हो सकती है। मित्रों का सहयोग मिलेगा। निर्णय समय पर और सावधानी से लें। किसी का हित करने पर भी उल्टा हावी होगा। कठिनाइयों के बाद भी आप मेहनत से सफलता पा लेंगे। विद्यार्थियों को परिश्रम का फल मिलेगा। माह के आखिरी में नवीन सम्पत्ति खरीदने में जल्दबाजी न करें। ऐसा कोई कार्य न करें, जिससे बदनामी का सामना करना पड़े। आप **सर्व सौभाग्य दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 7, 8, 9, 17, 18, 25, 26, 27

इस मास व्रत, पर्व एवं त्यौहार

02.11.22	बुधवार	अक्षय नवमी
04.11.22	शुक्रवार	हरि प्रबोधिनी एकादशी
08.11.22	मंगलवार	कार्तिक पूर्णिमा
16.11.22	बुधवार	काल भैरव अष्टमी
20.11.22	रविवार	उत्पन्ना एकादशी
25.11.22	शुक्रवार	गुरुत्व दिवस
28.11.22	सोमवार	श्री पंचमी
29.11.22	मंगलवार	पद्मावती सिद्धि दिवस

साधक, पाठक तथा सर्वजन सामान्य के लिए समय का वह रूप यहां प्रस्तुत है; जो किसी भी व्यक्ति के जीवन में उन्नति का कारण होता है तथा जिसे जान कर आप स्वयं अपने लिए उन्नति का मार्ग प्रशस्त कर सकते हैं।

नीचे दी गई सारिणी में समय को श्रेष्ठ रूप में प्रस्तुत किया गया है - जीवन के लिए आवश्यक किसी भी कार्य के लिये, चाहे वह व्यापार से सम्बन्धित हो, नौकरी से सम्बन्धित हो, घर में शुभ उत्सव से सम्बन्धित हो अथवा अन्य किसी भी कार्य से सम्बन्धित हो, आप इस श्रेष्ठतम समय का उपयोग कर सकते हैं और सफलता का प्रतिशत **99.9%** आपके भाग्य में अंकित हो जायेगा।

ब्रह्म मुहूर्त का समय प्रातः 4.24 से 6.00 बजे तक ही रहता है

वार/दिनांक	श्रेष्ठ समय
रविवार (नवम्बर-6, 13, 20, 27)	दिन 07.36 से 10.00 तक 12.24 से 02.48 तक 04.24 से 04.30 तक रात 07.36 से 09.12 तक 11.36 से 02.00 तक
सोमवार (नवम्बर-7, 14, 21, 28)	दिन 06.00 से 07.30 तक 09.00 से 10.48 तक 01.12 से 06.00 तक रात 08.24 से 11.36 तक 02.00 से 03.36 तक
मंगलवार (नवम्बर-1, 8, 15, 22, 29)	दिन 06.00 से 07.36 तक 10.00 से 10.48 तक 12.24 से 02.48 तक रात 08.24 से 11.36 तक 02.00 से 03.36 तक
बुधवार (नवम्बर-2, 9, 16, 23, 30)	दिन 06.48 से 11.36 तक रात 06.48 से 10.48 तक 02.00 से 04.24 तक
गुरूवार (नवम्बर-3, 10, 17, 24)	दिन 06.00 से 06.48 तक 10.48 से 12.24 तक 03.00 से 06.00 तक रात 10.00 से 12.24 तक
शुक्रवार (नवम्बर-4, 11, 18, 25)	दिन 09.12 से 10.30 तक 12.00 से 12.24 तक 02.00 से 06.00 तक रात 08.24 से 10.48 तक 01.12 से 02.00 तक
शनिवार (नवम्बर-5, 12, 19, 26)	दिन 10.48 से 02.00 तक 05.12 से 06.00 तक रात 08.24 से 10.48 तक 12.24 से 02.48 तक 04.24 से 06.00 तक

यह हमने नहीं वराहमिहिर ने कहा है

किसी भी कार्य को प्रारम्भ करने से पूर्व प्रत्येक व्यक्ति के मन में संशय-असंशय की भावना रहती है कि यह कार्य सफल होगा या नहीं, सफलता प्राप्त होगी या नहीं, बाधाएं तो उपस्थित नहीं हो जायेंगी, पता नहीं दिन का प्रारम्भ किस प्रकार से होगा, दिन की समाप्ति पर वह स्वयं को तनावरहित कर पायेगा या नहीं? प्रत्येक व्यक्ति कुछ ऐसे उपाय अपने जीवन में अपनाना चाहता है, जिनसे उसका प्रत्येक दिन उसके अनुकूल एवं आनन्दयुक्त बन जाय। कुछ ऐसे ही उपाय आपके समक्ष प्रस्तुत हैं, जो वराहमिहिर के विविध प्रकाशित-अप्रकाशित ग्रंथों से संकलित हैं, जिन्हें यहां प्रत्येक दिवस के अनुसार प्रस्तुत किया गया है तथा जिन्हें सम्पन्न करने पर आपका पूरा दिन पूर्ण सफलतादायक बन सकेगा।

नवम्बर-22

11. आज सौभाग्य जागरण हेतु माँ पार्वती के मन्दिर में 1 दीपक जलाएं।
12. आज गं गणपतये नमः मंत्र की 1 माला जप करके जाएं।
13. भगवान सूर्य को 1 लोटा जल से अर्घ्य दें।
14. प्रातः पूजन के बाद गाय को रोटी खिलाकर काम पर जाएं।
15. हनुमान जी के सामने तेल का दीपक जलाकर पूजन करें।
16. आज काल भैरव अष्टमी के दिन पत्रिका में प्रकाशित साधना करें।
17. आज प्रातः 11 माला गुरु मंत्र का जप अवश्य करें।
18. बरगद के पेड़ में 1 लोटा जल अर्पण करें।
19. आज आप 'शनि मुद्रिका' धारण करें। शनि देव की कृपा प्राप्त होगी।
20. प्रातः पूजन के बाद मनोकामना गुटिका (न्यौ. 150) का अक्षत और पुष्प से पूजन करें फिर किसी मनोकामना के साथ शिव मन्दिर में चढ़ा दें।
21. आज सद्गुरुदेव जन्मदिवस पर निखिल स्तवन के 1-21 श्लोक का पाठ करें।
22. हनुमान चालीसा का एक पाठ करके जाएं।
23. निम्न मंत्र का 1 माला जप करके जाएं-ॐ ह्रीं ॐ
24. भगवान नारायण को पीले रंग के प्रसाद का भोग लगाकर बांट दें।
25. प्रातः पूजन के बाद निम्न मंत्र का 21 बार उच्चारण करें - ॐ अन्न पूर्णायै नमः।
26. भगवती दुर्गा का पूजन करके घर से जाएं।
27. गायत्री मंत्र का 1 माला जप करें।
28. आज श्री पंचमी है माँ लक्ष्मी की कोई साधना सम्पन्न करें।
29. हुं हुं हनुमते नमः का 21 बार जप करके जाएं।
30. ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे का 11 बार जप करें।

दिसम्बर-22

1. आप अपने पहनने के वस्त्रों में पीले रंग की प्रधानता रखें।
2. घर से जाने से पूर्व केसर या कुंकुम का तिलक अवश्य करें।
3. आज भगवत गीता का 1 पाठ करें। यह पाठ आप हिन्दी अर्थ में भी कर सकते हैं।
4. आज किसी गरीब को अन्न दान करें।
5. आज के दिन कायाकल्प गुटिका (न्यौछावर 300) धारण करें।
6. आज भगवान सूर्य को अर्घ्य प्रदान करें।
7. आज मां त्रिपुर भैरवी की साधना सम्पन्न करें।
8. आज 3 बार गुरु ध्यान करके जाएं -
   गुरूर्ब्रह्मा गुरूर्विष्णुः, गुरूर्देवो महेश्वरः।
   गुरूः साक्षात् परं ब्रह्म तस्मै श्री गुरवे नमः।।
9. पक्षियों को दाना डालें।
10. उड़द की दाल का दान करें।

मार्गशीर्ष शु. 13

अनंग सिद्धि दिवस

05.12.22

रूप और यौवन प्राप्त करें

प्रयोग से

यह प्रयोग प्राप्त हुआ है अनंग उपनिषद से

यौवन का तात्पर्य है-ताजगी, पुष्प पूरा खिलने से पहले जिस स्वरूप में होता है उस स्वरूप को निहारने का मन बार-बार करता है, उसमें जो बहार होती है, उसे तो देख कर ही आनन्द आ जाता है और फिर वह पुष्प सुगन्धित हो, तो फिर कहना ही क्या?

रूप माधुर्य और यौवन की छटा भी ऐसी ही है, रूप गोरेपन में, तीखे नाक-नक्श में और यौवन केवल जवानी की आयु से सम्बन्धित नहीं है, यह तो भीतर उत्पन्न हुए विविध भावों का शरीर के माध्यम से प्रकटीकरण है, जो कितना ही छिपाओ छिप नहीं सकता, जीवन के दिन रुकते नहीं हैं, लेकिन यदि इसमें ताजगी नहीं है, रूप नहीं है, आनन्द नहीं है, माधुर्य नहीं है, प्रेम नहीं है, पीड़ा नहीं है तो फिर जीवन के दिन काटने के समान हैं क्योंकि जीवन जीना भी एक अलग ही चीज है और इसकी प्राप्ति की जा सकती है, यह संभव है कि आपका जीवन दूसरों से अलग हो, इसमें प्रातःकाल की शीतलता हो, भीतर ही भीतर तेज हो, वृद्धि के अणु हो, सुगन्ध हो।

अनंग उपनिषद

कामदेव को पुरुष शक्ति का स्वरूप तथा रति को स्त्री शक्ति का स्वरूप माना गया है और इस सम्बन्ध में जितने ग्रंथ, काव्य रचनाएँ लिखी गई हैं, उतनी रचनाएं शायद ही किसी अन्य विषय के सम्बन्ध में लिखी गई हों।

संस्कृत के काव्य हो अथवा तंत्र के ग्रंथ, उनमें विवरण तो बहुत अधिक दिया गया है लेकिन यह साधना सिद्ध रूप से कैसे की जा सकती है, इसका वास्तविक स्वरूप क्या है, और इसे जीवन में कैसे उतारा जाए, इसका वर्णन बहुत कम दिया गया है।

हर पुरुष सुन्दर और आकर्षक जन्म से नहीं हो सकता, और हर स्त्री पूर्ण सुन्दरता से युक्त नहीं हो सकती, लेकिन क्या ऐसा संभव नहीं, कि इस अनंग दिवस पर इस प्रयोग को सम्पन्न करें और कामदेव स्वयं पुरुष के भीतर स्थित हो जाए, जिससे रूप, यौवन और आकर्षण भीतर ही भीतर प्रस्फुटित हो।

जो असंभव है, अप्राप्त है, उसे ही तो संभव करना, प्राप्त करना साधना सिद्धि है और कामदेव रति प्रयोग तो आधार है जीवन का, जीवन से काम को अलग कर देने का तात्पर्य है-पुष्प में से उसकी सुगन्ध को, उसकी बहार को हटा देना, उसके बिना फिर पुष्प का तात्पर्य ही क्या है, सुगन्ध और ताजगी ही तो आधार है, इसी प्रकार काम जीवन की सुगन्ध है, जिसे गलत समझना जीवन के मूलभूत आधार का निरादर करना है।

कामदेव रति साधना कौन करे

- जब शरीर हर समय सुस्त रहने लगे और मन में निराशा की भावना स्थान बनाने लगे और कार्यों में सफलता न मिले।
- जब दूसरों को आप प्रभावित न कर सकें और अपने छोटे से छोटे कार्य के लिए भी गिड़गिड़ाना पड़े।
- जब शारीरिक दृष्टि से पूर्णता का अनुभव न हो, वैवाहिक जीवन में मतभेद हो, आपसी विचारों का मेल न हो।
- जब किसी व्यक्ति विशेष चाहे वह पुरुष हो अथवा स्त्री को अपनी ओर आकर्षित करना चाहें।

  जब आपके व्यक्तित्व का प्रभाव मित्रों, सहयोगियों पर न पड़ता हो, और आपको दूसरों से उपेक्षा प्राप्त हो।
- जब कार्यों में गति देनी हो, और हर कार्य हेतु बार-बार प्रयास करना पड़े।

  जब किसी प्रकार की विशेष व्याधि अर्थात् बीमारी हो।

  स्त्रियों के लिए यह साधना आवश्यक है, जब उनके शरीर तथा चेहरे पर लावण्य न हो तथा वैवाहिक जीवन में नीरसता हो।
- जब इच्छा के अनुरूप मन-पसन्द जीवन साथी न मिल रहा हो।

इन सब स्थितियों में 'कामदेव रति साधना' संपन्न करनी चाहिए, यह आनन्द पर्व साधना है, इसमें किसी प्रकार का संकोच नहीं करना चाहिए, क्योंकि तन, मन, मस्तिष्क और हृदय सबका सम्पूर्ण मिलन, समन्वय आधार है कामदेव साधना में सिद्धि का।

साधना कब करें

यही एक ऐसी साधना है, जिसके लिए किसी विशेष मुहूर्त की आवश्यकता नहीं पड़ती, इसे तो किसी भी दिन रात्रि में, सायंकाल के पश्चात सम्पन्न किया जा सकता है, परन्तु इस साधना को अनंग सिद्धि दिवस 05.12.22 को या किसी भी शुक्रवार को सम्पन्न करना अन्य दिनों की अपेक्षा ज्यादा श्रेष्ठ माना गया है।

'अनंग उपनिषद' ग्रंथ तो इस सम्पूर्ण विषय पर लिखा गया एक मात्र ऐसा ग्रंथ है, जिसकी प्रामाणिकता के बारे में संदेह ही नहीं किया जा सकता, प्राचीन ऋषियों ने इस विषय पर इस महान ग्रंथ की रचना कर इसमें नये-नये प्रयोग जोड़ कर वेदोक्त साधनाओं के समान बराबर का स्थान दिया है क्योंकि वह साधना भी उतनी ही आवश्यक है जितनी जीवन में अन्य साधनाएँ।

यह सही है कि जीवन में पूर्णता प्राप्त करने के लिए काम पर विजय प्राप्त करनी चाहिए, लेकिन सम्पूर्णता तथा मोक्ष की प्राप्ति काम से बच कर नहीं हो सकती, इस पर विजय प्राप्त करने के लिए इसमें सिद्धि प्राप्त करनी चाहिए, तभी पूर्णता आ सकेगी जीवन में।

साधना सामग्री

इस साधना में 'अनंग यंत्र', 'रति प्रीति सप्तबिन्दु मुद्रिका', 'आनन्द मंजरी माला', 'आठ लघु नारियल' के अतिरिक्त पुष्प मालाएँ, कपूर, इत्र, अगर, कुंकुम, आंवला, चंदन, पुष्प, अशोक, पीपल या आम के वृक्ष के पत्ते, पीला वस्त्र और गुलाब और अबीर आवश्यक है। इस साधना में आठ प्रकार की कामदेव पूजा सम्पन्न की जाती है, जिससे पूर्ण सिद्धि प्राप्त हो सके।

साधना क्रम

अनंग उपनिषद ग्रंथ में कथन है कि साधना से पूर्व ही साधक को वृक्ष के पत्ते, डालियाँ ला कर इन्हें जल से धोकर निम्न मंत्र से पूजन करना चाहिए।

।। अशोकाय नमस्तुभ्यं कामस्त्री शोकनाशन:।।

अर्थात् हे वृक्ष देव मैं उस कामदेव की पूजा करता हूँ, जिनकी पूजा से सब प्रकार के शोक नष्ट हो जाते हैं और कामदेव रति उन शोक इत्यादि को नष्ट कर नित्य आनन्द से भर देते हैं। इसे पीले कपड़े में ढंक कर अपने पूजा स्थान में रखना चाहिए।

अब साधक अपने सामने चावल की आठ ढेरी बनाकर उस पर 'आठ लघु नारियल' स्थापित कर आठ कामों का पृथक पूजन करें, ये आठ काम हैं—काम, भस्म शरीर, अनंग, मन्मथ, वसन्तसखा, स्मर, इक्षुधनुर्धर एवं पुष्पबाण इनका पूजन क्रम निम्न प्रकार से है—

कपूर से— ।। ॐ क्लीं कामाय नम:।।
अष्टगंध से— ।। ॐ क्लीं भस्मशरीराय नम: ।।
इत्र से— ।। ॐ क्लीं अनंगाय नम:।।
अगर से— ।। ॐ क्लीं मन्मथाय नम:।।
कुंकुम से— ।। ॐ क्लीं वसन्तसखाय नम:।।
आंवला से— ।। ॐ क्लीं स्मराय नम:।।
चंदन से— ।। ॐ क्लीं इक्षुधनुर्धराय नम:।।
पुष्पों से— ।। ॐ क्लीं पुष्पबाणाय नम:।।

अब अपने सामने रखे हुए 'अनंग यंत्र', 'रति प्रीति मुद्रिका' पर वृक्ष के पत्ते तथा पुष्प माला निम्न श्लोक को पांच बार पढ़ कर चढ़ानी चाहिए।

सर्व रत्नमयी नाथ दामनीं वनमालिकाम्।
गृहाण देव पूजार्थ सर्वगन्धमयीं विभो।।

इसके साथ प्रसाद और सुपारी भी अर्पित करें तथा घी का दीपक जला कर दायीं ओर रख दें।

इस साधना का आधार है, काम गायत्री, यह मंत्र अत्यन्त ही प्रभावशाली है, इस मंत्र का जप इस पूरे पूजन क्रम के पश्चात आनन्द मंजरी माला से उसी स्थान पर बैठे-बैठे पांच माला मंत्र जप करना चाहिए।

काम गायत्री मंत्र

।। कामदेवाय विद्महे पुष्पबाणाय धीमहि
तन्नो अनंग: प्रचोदयात्।।

इस प्रकार पांच माला मंत्र जप के पश्चात अपने सामने कामदेव तथा रति को पुष्पांजलि अर्पित करते हुए प्रणाम करना चाहिए कि जगत को रति प्रीति प्रदान करने वाले, जगत को आनन्द कार्य प्रदान करने वाले, देव मैं आप को प्रणाम करता हूँ तथा आप मेरे शरीर में स्थायी निवास करें एवं मेरी वांछित इच्छाओं को फल प्रदान करते हुए कामान्दामेश्वरी साधना पूर्ण करें।

साधक को चाहिए कि वह प्रतिदिन एक माला काम गायत्री मंत्र का जप अवश्य ही करें।

साधना के पश्चात साधक यंत्र तथा मुद्रिका को पुष्प के साथ पीले कपड़े में बांध कर पूजा स्थान में रखें तथा किसी विशेष कार्य पर जाते समय इस पीले कपड़े सहित अपने बैग अथवा अपनी जेब में रख सकते हैं।

साधना सामग्री- 700/-

भूत-पिशाच सिद्धि दिवस

भूत सिद्धि-मुक्ति
प्रयोग

सिद्धाश्रम पंचांग के अनुसार मार्गशीर्ष शुक्ल 14 को तंत्र दिवस माना जाता है। इस दिन यदि साधना सम्पन्न की जाय तो शीघ्र ही सफलता प्राप्त होती है

क्योंकि सिद्धाश्रम जैसे उच्च कोटि के आश्रम ने भूत-पिशाच दिवस के महत्त्व को समझा है।

भूत-प्रेत के सम्बन्ध में कुछ धारणाएँ ऐसी बैठ गई हैं, कि साधारण व्यक्ति इनके नाम से डरने लगता है, साथ ही कुछ ओझाओं, अधकचरे तांत्रिकों द्वारा इसके सम्बन्ध में जिस प्रकार से प्रयोग सम्पन्न किये जाते हैं, उसके कारण ही इस विद्या के सम्बन्ध में डरावनी तस्वीर बना दी गई है, जबकि वास्तविक स्थिति एकदम अलग है।

भूत-पिशाच न तो विकृत शरीर के होते हैं और न ही कष्ट पहुँचाने की भावना से युक्त विशेष जीव ही, भूत-पिशाच तो कुछ ऐसी अतृप्त आत्माएँ होती हैं-जो अपनी ही मुक्ति के लिए छटपटाती हुई भटकती हैं, तथा किसी के शरीर में प्रवेश कर जाती हैं, उस स्थिति में व्यक्ति का हाव-भाव, व्यवहार, चिन्तन बदल जाता है, कुछ बीमार आत्माएँ शरीर में प्रवेश कर, विशेष कर स्त्रियों को बीमारियों में जकड़ देती हैं, और इलाज कराने पर भी बीमारी, मानसिक बाधा, दौरे की स्थिति बनी ही रहती है, उस समय शरीर-शुद्धि तथा भूत-पिशाच जैसी अतृप्त आत्मा को भगाने के लिए विशेष प्रयोग सम्पन्न करना आवश्यक है।

भूत सिद्धि - मुक्ति प्रयोग

साधना सामग्री - ताम्र सर्प, भूत यंत्र, काली हकीक माला

06.12.22 मंगलवार के दिन रात्रि को साधक साफ, काले या भूरे रंग के वस्त्र पहन कर अपने सामने लाल कपड़ा बिछाएं, दक्षिण दिशा की ओर मुंह कर वस्त्र के चारों कोनों में चार लोहे की कीलें रख दें तथा एक लम्बा धागा लेकर वस्त्र के चारों ओर परिक्रमा रूप में बना दें, मध्य में कागज पर पुरुष अथवा स्त्री की आकृति बना कर, सिर पर 'ताम्र सर्प' (तांबे का तार लेकर सर्प का आकार दे सकते हैं) तथा मध्य में 'भूत यंत्र' रख दें, उस पर सिन्दूर, गुलाल आदि छिड़कें, पूजा स्थान में एक ओर धूप लोबान लगा दें, एक ताम्र पात्र में सामग्री के पास ही जल रख दें, अपने दाएं हाथ में थोड़ा जल लेकर अपने चारों ओर छिड़क दें।

इसके पश्चात् जो व्यक्ति अथवा परिवार का सदस्य किसी प्रकार की ऐसी इतर बाधा से ग्रस्त है, उसे मुक्ति दिलाने का संकल्प लेकर मन्त्र जप प्रारम्भ करें तथा 'काली हकीक माला'से उसी स्थान पर बैठ कर 21 माला मन्त्र जप करें।

मन्त्र

।। ऐं क्रीं क्रीं ख्रिं ख्रिं खिचि खिचि भूतनाथाय पिशाचाय ख्रिं ख्रिं फट्।।

पूरे समय धूप लोबान जलते रहना चाहिए, जब मन्त्र जप के समय भूत अथवा पिशाच की कोई आकृति सी उभर आये, अथवा ऐसा अनुभव हो कि पास ही कोई और खड़ा है, तो पात्र में से जल लेकर सामने दक्षिण दिशा में जल की छींटें फेंकें।

मन्त्र जप पूरा हो जाने के पश्चात ताम्र पात्र का जल तो पीड़ित व्यक्ति को पिला दें तथा यंत्र, ताम्र सर्प तथा लोहे की कीलें एक लाल कपड़े में बांध कर बस्ती से बाहर दक्षिण दिशा की ओर जमीन में कम से कम एक फुट गहरा गड्ढा खोद कर गाड़ दें, उसके पश्चात् भी यदि बाधा-ग्रस्त व्यक्ति को मुक्ति न मिले तो हर शनिवार की रात्रि को एक पात्र में जल लेकर एक माला मंत्र-जप कर पानी पिलाते रहें।

यह प्रयोग एक अत्यन्त सिद्ध प्रयोग है और मैंने स्वयं कई दु:खी, रोगी एवं बाधा ग्रस्त व्यक्तियों को इन बाधाओं से मुक्ति दिलाई है।

साधना सामग्री- 500/-

हरि प्रबोधिनी एकादशी
04.11.22

अच्युताष्टकम्

अच्युतं केशवं रामनारायणं कृष्णदामोदरं वासुदेवं हरिम् ।
श्रीधरं माधवं गोपिकावल्लभं जानकीनायकं रामचंद्रं भजे ।।1।।

अच्युतं केशवं सत्यभामाधवं माधवं श्रीधरं राधिकाराधितम् ।
इन्दिरामन्दिरं चेतसा सुन्दरं देवकीनन्दनं नन्दजं सन्दधे ।।2।।

विष्णवे जिष्णवे शाङ्खिने चक्रिणे रुक्मिणीरागिणे जानकीजानये ।
बल्लवीवल्लभायार्चितायात्मने कंसविध्वंसिने वंशिने ते नमः ।।3।।

कृष्ण गोविन्द हे राम नारायण श्रीपते वासुदेवाजित श्रीनिधे ।
अच्युतानन्त हे माधवाधोक्षज द्वारकानायक द्रौपदीरक्षक ।।4।।

राक्षसक्षोभितः सीतया शोभितो दण्डकारण्यभूपुण्यताकारणः ।
लक्ष्मणेनान्वितो वानरौः सेवितोऽगस्तसम्पूजितो राघवः पातु माम् ।।5।।

धेनुकारिष्टकानिष्टकृद्द्वेषिहा केशिहा कंसहृद्वंशिकावादकः ।
पूतनाकोपकःसूरजाखेलनो बालगोपालकः पातु मां सर्वदा ।।6।।

विद्युदुद्योतवत्प्रस्फुरद्वाससं प्रावृडम्भोदवत्प्रोल्लसद्विग्रहम् ।
वन्यया मालया शोभितोरःस्थलं लोहिताङ्घ्रिद्वयं वारिजाक्षं भजे ।।7।।

कुञ्चितैः कुन्तलैर्भ्राजमानाननं रत्नमौलिं लसत्कुण्डलं गण्डयोः ।
हारकेयूरकं कङ्कणप्रोज्ज्वलं किङ्किणीमञ्जुलं श्यामलं तं भजे ।।8।।

अच्युतस्याष्टकं यः पठेदिष्टदं प्रेमतः प्रत्यहं पूरुषः सस्पृहम् ।
वृत्ततः सुन्दरं कर्तृविश्वम्भरस्तस्य वश्यो हरिर्जायते सत्वरम् ।।9।।

"मैं अच्युत, केशव, राम, नारायण, कृष्ण, दामोदर, वासुदेव, हरि, श्रीधर, माधव, गोपिकावल्लभ तथा जानकीनायक रामचन्द्रजी को भजता हूँ। मैं अच्युत, केशव, सत्यभामापति, लक्ष्मीपति, श्रीधर, राधिकाजी द्वारा आराधित, लक्ष्मीनिवास, परमसुन्दर,, देवकीनन्दन, नन्दकुमार का चित्त से ध्यान करता हूँ।

जो विभु हैं, विजयी हैं, शंख चक्रधारी हैं, रुक्मिणी जी के परम प्रेमी हैं, जिनकी धर्मपत्नी जानकीजी हैं तथा जो व्रजांगनाओं के प्राणाधार हैं, उन कंसविनाशक, मुरलीमनोहर, परम पूज्य, आत्मस्वरूप आपको (मैं) नमस्कार करता हूँ।

हे कृष्ण ! हे गोविन्द ! हे राम ! हे नारायण ! हे रमानाथ ! हे वासुदेव ! हे अजेय ! हे शोभाधाम ! हे अच्युत ! हे अनन्त ! हे माधव ! हे अधोक्षज (इन्द्रियातीत) ! हे द्वारकानाथ ! हे द्रौपदीरक्षक ! (मुझ पर कृपा कीजिये) जो राक्षसों पर अति कुपित हैं, श्री सीताजी से सुशोभित हैं, दण्डकारण्य की भूमि की पवित्रता के कारण हैं, श्रीलक्ष्मणजी द्वारा अनुगत हैं, वानरों से सेवित हैं और श्रीअगस्त्य जी से पूजित हैं, वे रघुवंशी श्रीरामचन्द्रजी मेरी रक्षा करें।

धेनुक और अरिष्टासुर आदि का अनिष्ट करने वाले, शत्रुओं का ध्वंस करने वाले, केशी और कंस का वध करने वाले, बंशी को बजाने वाले पूतना पर कोप करने वाले और यमुना तट पर विहार करने वाले बालगोपाल मेरी सदा रक्षा करें।

विद्युत्प्रकाश के सदृश, जिनका पीताम्बर विभासित हो रहा है, वर्षाकालीन मेघों के समान जिनका शरीर अति शोभायमान है, जिनका वक्षस्थल वनमाल से विभूषित है तथा चरणयुगल अरुण वर्ण के हैं, उन कमलनयन श्रीहरि को (मैं) भजता हूँ, जिनका मुख घुँघराली अलकों से सुशोभित हो रहा है, मस्तक पर मणिमय मुकुट शोभा दे रहा है तथा जिनके कपोलों पर कुण्डल सुशोभित हो रहे हैं, उज्ज्वल हार, केयूर (बाजुबन्द), कंकण और किंकणीकलाप से सुशोभित उन मंजुलमूर्ति श्रीश्यामसुन्दर को (मैं) भजता हूँ।

जो साधक इस अति सुन्दर छन्द वाले और अभीष्ट फलदायक अच्युताष्टक को प्रेम और श्रद्धा से नित्य पढ़ता है, विश्वम्भर, विश्वकर्ता भगवान् श्रीहरि शीघ्र ही उसके वशीभूत हो जाते हैं।

अष्टांग योग का महत्व

महर्षि पतंजलि प्रणीत योगदर्शन साधकों, भक्तों और उपासकों के लिए परम उपयोगी शास्त्र है। इसमें अन्य दर्शनों की भांति खण्डन-मण्डन न करके सरलतापूर्वक संयमित जीवन पद्धति पर प्रकाश डाला गया है। इसीलिये आज के युग में न केवल आध्यात्मिक अथवा धार्मिक क्षेत्र में योगदर्शन के महत्व को स्वीकार किया गया है, वरन् शिक्षा के क्षेत्र में भी इसका महत्व दिन-प्रतिदिन बढ़ता जा रहा है।

शिक्षा का जीवन में गहरा सम्बन्ध है। जीवन का आधार शिक्षा ही है। किसी व्यक्ति के जीवन में जैसी शिक्षा होती है, वैसा ही उसके जीवन का निर्माण होता है। धार्मिक शिक्षा से धार्मिक जीवन का और भौतिक शिक्षा से भौतिक जीवन का निर्माण होता है। अतः सदैव श्रेष्ठ शिक्षा को जीवन में उत्तम माना गया है।

भारतवर्ष धर्म, संस्कृति, अध्यात्म और शिक्षा के क्षेत्र में प्राचीनकाल से ही अग्रगण्य रहा है। यहाँ की आध्यात्मिक शिक्षा ने विश्व को समानता, स्वतंत्रता तथा भ्रातृत्व का दर्शन प्रदान कर 'वसुधैव कुटुम्बकम्' की भावना का प्रचार-प्रसार किया है। यह विडम्बना ही है कि आज भारत में धार्मिक, आध्यात्मिक और नैतिक शिक्षा का प्रायः लोप होता जा रहा है। महर्षि मनु, वाल्मीकि, व्यास, शंकर, रामानुज, निम्बार्क, वल्लभ, तुलसी और सूरदास आदि प्राचीन विद्वानों एवं संत-महात्माओं से लेकर स्वामी विवेकानन्द, टैगोर, महर्षि अरविन्द और गाँधीजी आदि सभी विचारकों ने शिक्षा को परिभाषित करते हुए कहा कि इसके द्वारा बालक का न केवल शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक और सामाजिक विकास होता है, वरन् आध्यात्मिक, धार्मिक और नैतिक विकास भी होता है। वस्तुतः ऐसा होने पर सर्वांगीण विकास की प्रक्रिया पूर्ण होती हैं अतः आज शिक्षा-प्रणाली को इस प्रकार तैयार करने की आवश्यकता है, जिससे विद्यार्थियों का वास्तविक समग्र विकास हो सके। इस दृष्टि से शिक्षा के क्षेत्र में योग के समाहितचित्तता की महत्वपूर्ण भूमिका है।

यद्यपि समाधिपाद, साधनपाद, विभूतिपाद तथा कैवल्यपाद नाम से चार पादों में विभक्त पातंजल योग दर्शन में समग्र जीवन पद्धति का चिन्तन हुआ है तथापि साधनपाद में प्रतिपादित अष्टांग योग में ही इस शास्त्रका सम्पूर्ण सार-सर्वस्व निहित है। समस्त योग साधना इसी अष्टांग योग पर आधारित है। निर्मल विवेक-ज्ञान की प्राप्ति का उपाय बतलाते हुए योग सम्बन्धी आठ अंगों के अनुष्ठान पर इस शास्त्र में बल देना इसी ओर संकेत करता है कि मानव-जीवन में इहलौकिक एवं पारलौकिक कल्याण के लिये यम-नियमादि अष्टांग योग की साधना परम उपादेय है। आत्मसाक्षात्कार सम्पूर्ण योग साधना का चरम फल है। उचित शिक्षा द्वारा इसी आत्म-साक्षात्कार को प्राप्त करके मानव कृतकृत्य हो जाता है। आज की शिक्षा प्रणाली में इनकी उपादेयता को स्वीकार करते हुए योग को शिक्षा के विभिन्न स्तरों के पाठयक्रमों में सम्मिलित करने की आवश्यता है, किंतु योगाभ्यास में केवल विभिन्न प्रकार के आसनों का अभ्यास करना ही आज प्रचलित होने का के कारण इसका पूर्ण रहस्य अज्ञात ही बना रहता है और योग केवल ऐसा शारीरिक व्यायाम मात्र

बनकर रह गया है, जिसका उद्देश्य या तो शरीर को स्वस्थ रखना अथवा अनेक प्रकार के रोगों से मुक्ति प्राप्त करना है, किंतु वस्तुस्थिति यह नहीं है। यह तो योग का गौण उद्देश्य है। योग का मुख्य उद्देश्य है-ईश्वरप्राप्ति। योगाभ्यास करने से यदि किसी को भगवद्भक्ति नहीं हुई तो उसका प्रयास व्यर्थ है। विद्यार्थी तथा अध्यापक के लिये योग की उपादेयता इतनी अधिक है कि इसके अभाव में आज की शिक्षा में नैतिक मूल्यों का निरन्तर ह्रास हो रहा है। अत: शिक्षा के क्षेत्र में योग के समावेश को परम आवश्यक मानते हुए उसके आठों अंगों का यहां संक्षेप में शैक्षिक महत्वांकन किया जा रहा है-

यम

अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह-ये पांच यम हैं। इन पाँचों यमों की आज की शिक्षा में महती आवश्यकता है। आज छात्रों के जीवन में जो अव्यवस्था, कुण्ठा, हिंसा, अनुशासनहीनता, उपेक्षा, निराशा, असंयम, अशांति और छल-कपट आदि दुर्गुण बढ़ते जा रहे हैं, उसके मूल में योग के इस प्रथम अंग 'यम' को छात्रों द्वारा अपने आचरण में न लाना ही है। आज की शिक्षा में छात्रों को संयमी बनाने का प्रयास न होने से ही युवकों में धर्म, संस्कृति और अध्यात्म से हटने की प्रवृत्ति बलवती होती जा रही है। आज शिक्षा में प्रत्येक स्तर पर पाठ्यक्रम में इन पाँचों यमों को छात्रों तथा अध्यापकों के जीवन में धारण कराने का प्रावधान होना चाहिये। समुचित दिशा में व्यवहार-परिवर्तन करने का शिक्षा का कार्य तभी पूर्ण होगा, जब छात्र और अध्यापक दोनों ही अहिंसक, सत्यवादी, ब्रह्मचर्य-व्रत का पालन करने वाले तथा अपरिग्रही होंगे।

नियम

शौच, संतोष, तप, स्वाध्याय और ईश्वर-प्रणिधान (शरणागति) - ये पाँच नियम हैं। शौच का अर्थ है - बाह्य और आभ्यन्तर-शुद्धि। जल-मिट्टी आदि से बाह्य शुद्धि और जप-तप तथा पवित्र विचारों से आन्तरिक शुद्धि होती है। आजकल लोग मल-त्याग के पश्चात् साबुन से हाथ धोकर शुद्धि मान लेते हैं, किंतु यह उचित नहीं है। बिना जल-मिट्टी के शुद्धि नहीं होती। आज शौचाचार की व्यवस्था दिन-प्रतिदिन शिथिल होती जा रही है। छात्रों का आहार-व्यवहार और विचार दूषित होना आज की शिक्षा का अभिशाप बन गया हैं अत: शौच-पालन की ओर छात्रों को प्रेरित करने की बड़ी आवश्यकता है। भारतीय दर्शन मानव-जीवन में ठीक इसके विपरीत असंतोष को उन्नति का कारण मानता है। अत: आज की शिक्षा भी छात्रों और अध्यापकों तथा समाज में असंतोष बढ़ा रही है। छात्रों में व्याप्त असंतोष की अभिव्यक्ति समय-समय पर अनेक प्रकार के आन्दोलन के रूप में होती रहती है। ऐसी परिस्थिति में छात्रों द्वारा संतोष-नियम का पालन करने से शिक्षा-जगत् में व्याप्त अशान्ति के शमन में सहायता मिल सकती है।

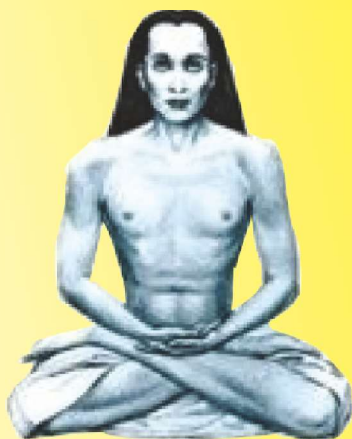
तप, स्वाध्याय और ईश्वर-प्रणिधान का मानव-जीवन में विशेष रूप से छात्रों के लिए अत्यधिक महत्व है। सत्कर्म के लिये कष्ट सहन करने, सद्ग्रन्थों के अध्ययन करने तथा ईश्वर के प्रति समर्पित हो जाने से ही अच्छे मानव का निर्माण हो सकता है। आज की शिक्षा का भी उद्देश्य है - अच्छे मानव का निर्माण। छात्रों को ऊँचा उठने के लिये कठोर परिश्रमी, अध्ययनशील और ईश्वर-भक्त बनने की प्रेरणा इन तीनों साधनों से लेनी चाहिये।

आसन

आसन का अर्थ है बैठना। परमात्मा में मन लगाने के लिये निश्चल भव से सुखपूर्वक बैठने

को आसन कहते हैं। आजकल अनेक प्रकार के योगासनों के प्रशिक्षण का प्रचलन बढ़ता जा रहा है, किंतु योग के नाम पर केवल विभिन्न प्रकार के योगासनों, व्यायामों का प्रशिक्षण मात्र ही दिया जाता है। स्कूलों-कॉलेजों और विश्वविद्यायलों में योग के नाम से जो कोर्स चल रहे हैं, उनमें भी प्राय: विभिन्न प्रकार के योगासनों पर ही बल दिया जाता है। किंतु महर्षि पतंजलि के अनुसार यम-नियम की सिद्धि होने पर ही आसन की स्थिति है। बिना यम नियम के आसन की साधना करना व्यर्थ है। यम-नियम रहित आसन का अभ्यास शारीरिक व्यायाम मात्र ही है। उससे किसी प्रकार का आध्यात्मिक लाभ नहीं हो सकता है। परमात्मा में मन लगाने के लिए आसन का अभ्यास किया जाता है, न कि केवल स्वास्थ्य-लाभ के लिये।

यदि शिक्षण को प्रभावशाली बनाना है तो हमें छात्रों को आसन-सम्बन्धी जानकारियों से अवगत कराना चाहिये। इसके अतिरिक्त छात्रों के जीवन में ऐसी पद्धति का भी विकास करना चाहिये, जिससे वे प्रतिदिन कुछ समय परमात्मा में मन लगाने के लिये अपनी सुविधानुसार आसन का अभ्यास करते रहें और साथ ही पद्मासन, हलासन, मयूरासन आदि विभिन्न प्रकार के योगासनों का अभ्यास कराने से भी छात्रों के जीवन में सदाचार, संयम, अनुशासन तथा अच्छे संस्कारों का विकास हो सकता है।

8. समाधि	जो स्थिर हो जाए
7. ध्यान	अगर लग जाये
6. धारणा	चित्त को ध्येय में लगाना
5. प्रत्याहार	अपने दोषों को दूर करना
4. प्राणायाम	श्वासों पर संयम करना
3. आसन	शरीर स्वस्थ रखना
2. नियम	अच्छे काम करना
1. यम	बुरे काम छोड़ना

प्राणायाम

यम, नियम तथा आसन की सिद्धि होने के पश्चात् योग का चतुर्थ साधन है 'प्राणायाम'। प्राणायाम का अर्थ प्राण (श्वास-प्रश्वास) का व्यायाम है। जिस प्रकार शरीर को स्वस्थ एवं हृष्ट-पुष्ट रखने के लिये व्यायाम किया जाता है, उसी प्रकार श्वास-प्रश्वास की क्रिया द्वारा हृदय को हृष्ट-पुष्ट एवं स्वस्थ रखने के लिये प्राणायाम किया जाता है। इससे आन्तरिक शुद्धि होती है। अतः प्रत्येक धार्मिक अनुष्ठान के प्रारम्भ में आचमन और प्राणायाम विधान है।

जिस प्रकार शारीरिक अनुशासन के लिये यम, नियम और आसन का अभ्यास आवश्यक है, उसी प्रकार मानसिक अनुशासन के लिये प्राणायाम की आवश्यकता है। आजकल स्कूलों, कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में छात्रों को योग-प्रशिक्षण के समय प्राणायाम का अभ्यास कराना इसलिये आवश्यक है, क्योंकि छात्रों के जीवन में व्याप्त अशान्ति को दूर करने में इससे सहायता मिलेगी। जब प्रत्येक विद्यार्थी नित्य प्रति प्राणायाम करने का अभ्यास करेगा तो उसके मन की चंचलता धीरे-धीरे दूर हो जायेगी तथा उसके स्वभाव में स्थिरता आ जायेगी। साथ ही अध्ययन के समय उसके मन की धारणा शक्ति भी बढ़ जायेगी और ज्ञानोपार्जन में भी अभीष्ट सफलता मिलने लगेगी।

प्रत्याहार

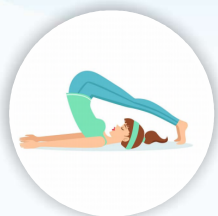
यम-नियम और आसन को सिद्ध करते हुए जब साधक प्राणायाम का अभ्यास करता रहता है तो उसकी इन्द्रियाँ तो शुद्ध हो जाती हैं किंतु मन तथा इन्द्रियों की बाह्य वृत्तियाँ इधर-उधर दौड़ती रहती हैं, जिससे ध्येय में मन नहीं लग पाता है। अतः उक्त वृत्तियों को सांसारिक विषयों से वापिस लाकर अपने वश में करते हुए चित्त को ध्येय में लगाने से ही योग सिद्ध होता है किसी भी प्रकार की साधना के लिये वस्तुतः न केवल मन को वश में करना आवश्यक है, वरन् इन्द्रियों को वश में करना भी आवश्यक है। जितेन्द्रिय व्यक्ति ही जीवन में सुखी रहता है। विषयलोलुप इन्द्रियाँ मनुष्य की शत्रु होती हैं और वश में होने पर वे ही मित्र हो जाती हैं। आजकल अश्लील साहित्य, चलचित्र, दूरदर्शन तथा दूषित वातावरण के कारण छात्रों के जीवन में इन्द्रियों की विषयलोलुपता बढ़ती जा रही है। फलतः वह दिन-प्रतिदिन नैतिक मर्यादाओं से दूर होकर अपराधी-सा बनता जा रहा है। इसीलिये आजके शिक्षा-मन्दिरों में सर्वत्र अशान्ति, कलह, विद्रोह, हिंसा और अनाचार आदिका ताण्डव नृत्य हो रहा है। ऐसे विकट समय में छात्रों के जीवन में नैतिक मूल्यों के विकास के लिये उनकी इन्द्रियलोलुपता को दूर करना आवश्यक है। इस कारण जब छात्र पाठ याद करने बैठते हैं तो उन्हें पाठ याद नहीं होता। इन सभी दोषों का निवारण 'प्रत्याहार' के प्रशिक्षण से हो सकता है। अतः छात्रों की योगासन की शिक्षा के समय प्रत्याहार का अभ्यास भी कराया जाना चाहिये।

धारणा-ध्यान-समाधि

यम, नियम, आसन, प्राणायाम तथा प्रत्याहार - ये पाँच योग के बहिरंग साधन हैं। इनके सिद्ध होने पर अन्तरंग साधनों का अभ्यास कराया जाता है। अन्तरंग साधनों में पहला साधन है धारणा, दूसरा साधन है ध्यान और तीसरा साधन है समाधि। शरीर के बाहर या भीतर कहीं भी किसी एक स्थान में चित्त को ठहराना 'धारणा' है। जिस ध्येय वस्तु में चित्त को लगाया जाय, उसी में चित्त की वृत्ति का एकतार चलना 'ध्यान' है। योग का अन्तिम साधन 'समाधि' है। इसमें मन की पूर्ण एकाग्रता होती है। ध्याता, ध्यान और ध्येय - ये तीनों इसमें एक हो जाते हैं। इन तीनों साधनों का किसी एक ध्येय पदार्थ में होना 'संयम' कहलाता है (योग. 3/4)। संयम की सिद्धि होने पर योगी को बुद्धि का प्रकाश प्राप्त हो जाता है। योगी की यह बुद्धि ऋतम्भरा प्रज्ञा कहलाती है। इसके द्वारा उसे वस्तु के स्वरूप का यथार्थ एवं पूर्ण ज्ञान होता है। यही योग-साधना की पराकाष्ठा है।

शिक्षा के क्षेत्र में धारणा, ध्यान और समाधि का अत्यन्त महत्व है। प्राचीनकाल में गुरु अपने शिष्यों को इन तीनों का विशेष प्रशिक्षण देते थे, जिससे उन्हें परिपूर्ण ज्ञान की प्राप्ति होती थी। आध्यात्मिक, धार्मिक और सांस्कृतिक क्षेत्र में उनकी उपलब्धि अतुलनीय होती थी। वस्तुतः धारणा, ध्यान और समाधि के बिना यथार्थ ज्ञान का प्राप्त होना कठिन ही नहीं, वरन् असम्भव है। कोई भी साधना इन तीनों के बिना अधूरी है। शिक्षा प्राप्त करना भी एक साधना है। इसके लिये भी चित्त की

एकाग्रता आवश्यक है। आजकल विद्यार्थियों की प्रायः यह शिकायत रहती है कि उनका मन पढ़ाई में नहीं लगता है। जब वे किसी विषय का अध्ययन करने बैठते हैं तो उनका मन अन्यत्र चला जाता है। उन्हें पाठ ठीक याद नहीं हो पाता। अतः वे परीक्षा में उत्तीर्ण होने में कठिनाई का अनुभव करने के कारण अनुचित साधनों का प्रयोग करते हैं। साक्षात्कार के समय यथावत् ज्ञान का प्रस्तुतीकरण न करना, प्रश्नों का ठीक उत्तर न दे पाना, किसी विषय पर ठीक-ठीक विचार प्रकट न कर पाना, याद करते-करते सिर में दर्द हो जाना और समय पर याद किये हुए को भूल जाना आदि दोष आज छात्रों में बढ़ते जा रहे हैं। इन सबका कारण है चित्त की एकाग्रता का अभाव। चित्त की एकतानता के लिये आवश्यक है कि शिक्षा-प्रणाली में धारणा, ध्यान और समाधि का ज्ञान कराया जाय। इससे उन्हें मेधावी और योग्य नागरिक बनाया जा सकता है।

इस प्रकार हम देखते हैं कि शिक्षा के क्षेत्र में योग-प्रशिक्षण का तभी पूर्ण लाभ उठाया जा सकता है जब उसके आठों अंग - यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि का परम्परा प्राप्त प्रशिक्षण दिया जाय।

शरीर स्वस्थ रखना हम सभी का कर्त्तव्य है

स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का निवास होता है

शरीर के प्रत्येक अंग को सुड़ौल बनाना है और मन से हर समय जवान रहना है तो अपनाइये

योग

और भगाइये शारीरिक मानसिक रोग

इस आसन में शरीर का आकार हल जैसा बनता है इसलिए इसको हलासन कहा जाता है।

ध्यान विशुद्ध चक्र में। श्वास रेचक और बाद में दीर्घ।

विधि : भूमि पर बिछे हुए आसन पर पीठ के बल लेट जायें। दोनों हाथ शरीर को लगे रहें। श्वास सामान्य गति से चलने दें फिर श्वास छोड़ते हुए कमर से दोनों पैरों को एक साथ धीरे-धीरे ऊँचे करते जायें। आकाश की ओर पूरे उठाकर फिर पीछे सिर के तरफ झुकायें। पैर घुटनों से मुड़ने नहीं नहीं चाहिए। पैर बिल्कुल सीधे तने हुए रखकर पंजे जमीन पर लगायें। ठोड़ी छाती से लगी रहे। चित्तवृत्ति को विशुद्धाख्य चक्र में स्थिर करें। आसन की पूर्ण स्थिति में श्वास-प्रश्वास को सामान्य तरीके से चलने दें। 1-2 मिनट तक इसी स्थिति में रुकें इसके पश्चात धीरे-धीरे पांवों को ऊपर की तरफ लाते हुये पूर्व की स्थिति में आ जाएं। आप समय की अवधि बढ़ा भी सकते हैं।

लाभ : हलासन के अभ्यास से अजीर्ण, कब्ज, अर्श, थायराइड का अल्प विकास, अंगविकार, असमय वृद्धत्व, दमा, कफ, रक्तविकार आदि दूर होते हैं। इस आसन से लीवर अच्छा होता है। छाती का विकास होता है। श्वसन क्रिया तेज होकर ऑक्सीजन से रक्त शुद्ध बनता है। गले के दर्द, पेट की बीमारी, संधिवात आदि दूर होते हैं। पेट की चरबी कम होती है। सिरदर्द दूर होता है। वीर्यविकार निर्मूल होता है। खराब विचार बन्द होते हैं। नाड़ी तंत्र शुद्ध बनता है। शरीर बलवान और तेजस्वी बनता है। यह आसन सभी के लिए श्रेष्ठ है। गर्भवती स्त्रियों को यह आसन नहीं करना चाहिए।

रीढ़ में कठोरता होना यह वृद्धावस्था का चिह्न है। हलासन से रीढ़ लचीली बनती है इससे युवावस्था की शक्ति स्फूर्ति, स्वास्थ्य और उत्साह बना रहता है। मेरुदण्ड सम्बन्धी नाड़ियों के स्वास्थ्य की रक्षा होकर वृद्धावस्था के लक्षण जल्दी नहीं आते। जठर की नाड़ियों को शक्ति प्राप्त होती है।

जठर की मांसपेशियाँ तथा पाचन तंत्र के अंगों की, नाड़ियों की दुर्बलता के कारण अगर मंदाग्नि एवं कब्ज हो तो हलासन से दूर होते हैं। कमर, पीठ एवं गरदन के रोग नष्ट होते हैं। लीवर और प्लीहा बढ़ गये हों तो हलासन से सामान्य अवस्था में आ जाते हैं। काम केन्द्र की शक्ति बढ़ती है। अपान शक्ति का उत्थान होकर उदान रूपी अग्नि का योग होने से वीर्य शक्ति ऊर्ध्वगामी बनती है। हलासन से वीर्य का स्तंभन होता है। यह आसन अण्डकोष की वृद्धि, पेन्क्रियास, अपेन्डिक्स आदि को ठीक करता है। थायराइड ग्रन्थि की क्रियाशीलता बढ़ती है। ध्यान करने से विशुद्ध चक्र जागृत हो जाता है।

नवस्फूर्ति, नवचेतना एवं सौन्दर्य प्राप्ति के लिए

हलासन

Be it any auspicious occasion or the commencement of any task Bheirav is surely worshipped becuase he is the protector. If Bheirav is worshipped there can appear no problem or obstacle in the accomplishment of the task and one can face one's adversaries with courage.

Only one who has courage can become successful in this world. One who is ready to take risks in life is favoured even by stars. Only such a person can climb to the highest pinnacle of success in life. If you are not known even in your locality then your life is useless. One should be over-flowing with enthusiasm and the eagerness to try new tasks in life. Only then can one change things in one's life.

Here one should remember that one who dares to make quick progress is surely hindered by problems, obstacles and enemies. But a brave person is not daunted by these problems. And then enemies cannot stand in his way. One who tries to run away from life cannot have enemies and so won't a person who leads an unchallenging life. Only a brave individual would have enemies. If one fears them and tries to run away from them then there cannot be any progress in life.

If we peer into history we shall find that history lauds only those individuals who fought bravely against their enemies and defeated them. Then be it Ram, Krishna, Hanuman or Mahakali all of them defeated and killed so many demons. Hence it is necessary to make oneself strong and face the foe with courage. One should always keep it in the mind that only through struggle can something be achieved in life.

Kaal Bheirav

Bheirav is famous as an Avataar of Lord Shiva, as powerful as Shiva and the faithful servant of Goddess Mahakali. Bheirav is worshipped by the masses. Even a person who does not have the knowledge of Mantras and the complex process of Sadhanas can worship Bheirav. There have been thousands and hundreds of instances when the common man has gained a lot through the grace of the Lord.

Bheirav the protector

Lord Bheirav is basically a deity who protects. In every ritual or religious ceremony Lord Bheirav is worshipped so that the powerful deity could provide a divine shield that could protect the ceremony from interference from spirits and evil forces. Where Lord Bheirav has been propitiated no such forces can interfere. Thus worship of Lord Bheirav also protects the Sadhak from evil forces.

Bheirav is famous as an Avataar of Lord Shiva, as powerful as Shiva and the faithful servant of Goddess Mahakali. Bheirav is worshipped by the masses. Even a person who does not have the knowledge of Mantras and the complex process of Sadhanas can worship Bheirav. There have been thousands and hundreds of instances when the common man has gained a lot through the grace of the Lord.

Worship of Lord Bheirav is very easy and simple. Here some very powerful rituals of the Lord are being revealed for the readers. They are very easy and yet quick in producing results.

Kaal Bheirav Ashtami

You can try any of these rituals on Kaal Bheirav Ashtami. This year 16th November, Sunday is Kaal Bheirav Ashtami. It is famous about this day that if a Sadhak tries this Sadhana on this day Lord Bheirav can comes to reside in his physical form with all his powers.

Bheirav Sadhana have been associated with many strange practices which use liquor and meat. This has been done by corrupt people and Bheirav Sadhana are actually very pure and free of all such activities.

This is a Sadhana meant for protection of the self. The aim is not to harm anyone but to protect the self from enemies who are bent upon harming us. If suppose someone has framed you in a false law suit then won't you try to save yourself? If someone is using evil force against you then won't you try to protect yourself?

You sure would and the best way to do this is Bheirav Prayog. To live life to the full it is necessary to remove all obstacles from life. And the easiest and most effective way to do so is Bheirav Prayog. Lord Bheirav can instil into you power, courage, vigour and enthusiasm. Then you can lead the type of life that you want to without fearing anyone. Then you can attain to fame and glory in life.

There can be basically four problems in a person's life that can completely destroy it.

1. Enemies, 2. Diseases,
3. Law suits, 4. Evil forces.

The presence of any of these can destroy the balance of one's life. Caught in their snare a person loses almost all his energy struggling against them.

Presented here are three Sadhanas that can be tried on this day of Kaal Bheirav Ashtami to get rid of these four problems. If tried with full faith one gets instant results.

The Mantra for each ritual is different and so are the Sadhana articles. A Sadhak can try the ritual related to the problem for which he wishes solution on Kaal Bheirav Ashtami. If he wishes to try more than one ritual then he can do the rest on Sundays. Sunday is the day when Lord Bheirav is worshipped.

1. For riddance from enmities

Early in the morning have a bath and wear red clothes. Make a mound of sand before yourself and sprinkle it with water. Make a mark of vermilion on your forehead. Then make a mark on the mound with vermilion. On it place a **Kaal Bheirav Gutika.** Around the mound make five mounds of sesame seeds and on each place an **Aakraant Chakra.** Apply vermilion on each Chakra. Light incense and ghee lamp. Take water in the right palm and speak out thus — I am trying this ritual for end of enmity with this enemy (speak the name of the person).

Mix mustard seeds, black sesame seeds, vermilion and mustard oil in a plate Then make 51 oblations of this mixture in the fire chanting the following Mantra.

Vibhooti Bhooti Naashaay, Dusht Shaya Kaarakam, Mahaabheirav

Namah. Sarva Dusht Vinaashanam Sewakam Sarvasiddhi Kuru. Om Kaal Bheiro, Bhoot Bheiro! Mahaabheirav Mahaa Bhaya Vinaashanam Devataa. Sarva Siddhi Bhavet. Om Kaal Bheirav, Shamshaan Bheirav, Kaal Roop Kaal Bheirav, Mero Veiri Tero Aahaar Re. Kaaddi Karejaa Chakhan Karo Kat kat. Om Kaal Bheiro, Batuk Bheiro, Bhoot Bheiro. Mahaabheiro Mahaabhaya Vinaashanam Devataa Sarva Siddhi-rbhavet.

After this chant the Aarti of Lord Bheirav, Tie all articles except the gutika in a black cloth and bury the bundle in the earth. On it place a heavy stone.

Then till the next to next Sunday chant this Mantra once daily seated before the gutika.

This ritual is so powerful that even the most staunch enemy forgets the enmity within thirty days.

Sadhana Article-250/-

2. For riddance from diseases

Try this ritual too early in the morning. Before starting the ritual take water in your right palm and speak out your problem and then chant the following Mantra.

Om Asya Shree Batuk Bheirav Stotrasya Sapt Rishih Maatrikaa Chhandah Shree Batukah Bheirav Devataa, Mamepsit Siddhyarth Jape Viniyogah.

In a plate place a ***Kaal Bheirav mahaayantra***. On it offer vermilion. Light an oil lamp with four wicks. sit facing South. Offer

flowers, Laddus, cloves and garland on the Yantra. Also offer a black thread. Take water in a copper tumbler and tie its mouth with a red cloth.

In a plate make a mound of sesame seeds and on them place seven betel nuts. Then chanting the following Mantra 108 times throw the seeds in South direction some at a time.

Om Kaal Bheiro, Batuk Bheiro Bhoot Bheiro! Mahaabhaya vinaashanam Devataa Sarva Sddhirbhavet. Shok dukh Shayakaram Niranjanam, Niraakaaram Naaraayannam, Bhakti poornna Tvam Mahesham. Sarva Kaam Siddhirbhavet. Kaal Bheirav, Bhooshann Vaahanam Kaal Hantaa Roopam Cha, Bheirav Guni. Mahaatmanah Yoginaam Mohaadev Swaroopam. Sarva Siddhayet. Om Kaal Bheiro Batuk Bheiro Bhoot Bheiro. Mahaa Bheirav Mahaa Bhaya Vinaashanam Devataa. Sarva Siddhirbhavet.

After 108 chantings throw the seven betel nuts in all directions. Tie the black thread on your arm. Drink the water. This shall help get rid of even chronic ailments.

Sadhana Article-250/-

3. For victory in law suits

In the evening try this Sadhana. Write down your problem on a piece of paper with vermilion and sit in your place of worship at home.

Place ***Kaal Bheirav Mahaa shankh*** before yourself. Draw a circle with vermilion around it. Before it place a ***Naagchakra***. Light three oil lamps on either side of the Bheirav Shankh.

Take a pledge with water in the right palm speaking out your problem. Place the piece of paper under the Shankh. Sit in Veer Mudra as Muslims sit in prayer and chant the following Mantra 51 times.

Om Aam Hreem Hreem Hreem (speak the name of the person againt you in the law suit) ***Maaray Maaray Uchaataya Uchaataya Mohaya Mohaya, Vasham Kuru Kuru. Sarvaarthakasya Siddhi Roopam Tvam Mahaakaal. Kaal Bhakshannam Mahaadev Swarrop Tvam. Sarva Siddhyet! Om Kaal Bheiro, Batuk Bheiro Bhoot Bheiro. Mahaa Bheirav Mahaa Bhaya Vinaashanam Devataa. Sarva Siddhirbhavet.***

After this tie the ***Mahaa bheirav Shankh*** in a black cloth and place it in your bag. Take the bag along when you go to court. Your adversary shall soon become eager for a compromise or you shall win the case. Chant this Mantra once daily.

Sadhana Article-400/-

All the three rituals of Lord Bheirav are very powerful and unfailing. Only by trying them can one know how efficacious they are. Once the Lord is appeased he becomes ready to fulfil all wishes of the Sadhak and protect him from all dangers in life.

One can retry the rituals for next seven Sundays for ensuring full success.

Shwetaark Ganpati Sadhana

FULFIL ALL WISHES

Lord Ganpati is the epitome of true knowledge and joy. That is why He is worshipped first among all the gods and goddesses. Lord Ganapti being the son of Lord Shiva and Mother Goddess Parvati imbibes the divine powers and kindness of both.

From the very early times it has been believed and it is also said in the ancient texts that Lord Ganpati must be first worshipped before starting any new task. Without his blessings no task can be fulfilled.

Lord Ganpati is a deity who also imbibes the energy and blessings of all deities. This is also the reason why He is worshipped foremost.

When Lord Ganpati was born all divine deities came to bless him. Lord Vishnu blessed him with his knowledge and Siddhis.

Lord Brahma blessed him with the power of creation. Lord Shiva blessed him with the power of destroying evil. Goddess Lakshmi blessed him with wealth and prosperity. Goddess Saraswati blessed him with intelligence and eloquence. Thus all deities bestowed their powers upon him.

Hence by worshipping Lord Ganpati one can fulfill all and any wish. If a person remembers the Lord early morning then the entire day is spent happily and successfully. Man always has wishes and he always craves for their fulfilment. He keeps trying day and night to make his desires fructify.

Lord Ganpati is said to be **Siddhi Pradaataa** that is bestower of all boons. So through Sadhana of Ganpati and that too a special from of the Lord i.e. Shwetaark Ganpati all wishes can be fulfilled.

Try this Sadhana only on a **Wednesday** early in the morning. Have a bath and prepare Laddoos for the Lord.

Wear fresh red clothes. Sit facing North on a red mat. First of all chant four rounds of Guru Mantra. Cover a wooden seat with red cloth and on it make a mound of rice grains. On it place the **Shwetaark Ganpati.** On either side place a **Riddhi and Siddhi**. Offer Laddoos to the Lord. Then take water in the right palm and express your wish speaking your name and surname i.e. speak thus-I (name and surname) perform this Sadhana for fulfulment of this wish.

Next let the water flow to the ground. Next light a ghee lamp and incense. Then chant the following Mantra meditating on the form of Lord Ganpati for 35 minutes.

Om Hreem Kleem Vinayakaay Manovaanchhitam Siddhaye Om Kleem Hreem Phat.

Do this regularly for 21 days. After the Sadhana place the Shwetaark Ganpati in the worship place.

Sahana articles- 450/-

7-8 नवम्बर 2022

संन्यास दिवस महोत्सव साधना शिविर

शिविर स्थल :

इंडोर स्टेडियम पार्किंग ग्राउण्ड, बुढ़ातालाब, रायपुर (छ.ग.)

आयोजक मण्डल छत्तीसगढ़-जी.आर. घाटगे-9669901379, महेश देवांगन-9424128098, लकेश्वर चन्द्रा-9827492838, सेवा राम वर्मा-9977928379, संजय शर्मा-9111342100, दिनेश फुटान-8959140004, एन.के. कंवर-9644334011, दुष्यंत पटेल- 7089168600, लेखराम सेन-9826957606, हितेश ध्रुव-9826541021, सहदेव साहू-9893637680, प्रतापसिंह प्रधान-7566555111, डॉ. महेश्वरनाथ योगी-9993316290, जनक यादव-7987086097, टीका राम वर्मा-6261180440, महेन्द्र वर्मा-9406403210, दिलीप देवांगन-7000354515, राधेश्याम साहू-9131863005, समेलाल चौहान-7805906027, अजय पटेल-8839655810, पिताम्बर ध्रुव-9993242093, सियाराम बरेठ-9755836240, अजय साहू-9009579631, रामस्वरूप नागवंशी- 76975 81977, ज्ञानेश तुमरेकी-99071 02649, अशोक साहू- 9753292562, **जिला रायपुर**-चन्द्रप्रकाश स्वर्णकार- 9770218087, बृजमोहन साहू-7974012769, रविन्द्र कन्होले- 6261865178, पवन साहू-98271 82257, मारकण्डेय शर्मा, विजय यादव, दशरथ यादव-8959763666, मेहतरु यादव, बलदाउ सिन्हा, मीना देवदास, ममता सोनी, सविता प्रजापति, मुकेश छुरे, सुरेश निषाद, रामवतार निषाद, नंदकुमार यादव, टाकेश्वर साहू, भानमती वर्मा, देवान राम साहू, कमलेश चन्द्रवंशी, दुर्गा वर्मा, ज्ञानिक निखिल, उमाकांत साहू, राजेश सोनी, टीकाराम यादव, रवि साहू, वागेश चन्द्रा, दुर्गेन्द्र निषाद, अदिति नवरंग, ढालसिंह ध्रुव, विनोद यादव, रामकुमार वर्मा, गिरवर साहू, मूलचंद साहू, उत्तम साहू, ऋषि निषद, बी. श्रीनिवास, नानक साहू, जगदेव ध्रुव, संजू सोनकर, अश्विनी यादव, हेमलाल सोनकर, आनंद शुक्ला, प्रतिभा लहरी, लिलेश कुमार, आर्यन पटेल, निखिल वर्मा, चेतन निषाद, सुरेश साहू, गौकरण सिंह, संदीप प्रजापति, हरेन्द्र प्रजापति, पुनितेश्वर देवांगन, ज्ञानिक निषाद, दुर्गेश निषाद, टीकम यादव, भृगु यादव, लालजी यादव, सत्यवान महंत, रानी धीवर, उषा वर्मा, दुर्गा वर्मा, हितेश सेन, दिनेश साहू, गणेश हरपाल, कल्याणसिंह उइके, छलिया राम साहनी, गजेन्द्र सोनवानी, यशोदा यदु, **सेजबहार**-गोवर्धन यादव-9754596913, **सिलतरा**-धनीराम साहू, राकेश वर्मा, प्रेमलाल निर्मलकर, बंशीलाल साहू, विकास चन्द्रा, वंदना लहरी, यशोदा साहू, ईश्वर साहू, तिलक यादव, ढेलूराम वर्मा, नारद साहू, दिलीप यदु, रामशरण गिरी, **तिल्दा-नेवरा**-शैलेन्द्र वर्मा-97542 91554, शत्रुहन लाल वर्मा-9406405611, संतोष राव लाहने, राधिका वर्मा, पवन वर्मा, पल्लवी वर्मा, जागेश्वर पटेल, मालती वर्मा, मीना वर्मा, गौरव वर्मा, दीपक वर्मा, सोनम वर्मा, **छपोरा**-शत्रुहन वर्मा, **सिलयारी**-गज्जू वर्मा, **बलौदा बाजार**-लेखराम चन्द्राकर- 9926114722, अग्रहित धीवर- 9754664556, देवचरण केवट-8435112361, अग्रहित धीवर- 9754664556, दिनेश ठाकुर, उमेश्वरी चन्द्राकर, रामकुमार पटेल, मुरारी साहू, दिलीप साहू, उत्तम फेकर, केशव पटेल, टीकाराम वर्मा, पुरुषोत्तम यादव, जनक राम देवांगन, संजय वर्मा, देवनारायण वर्मा, बद्रीप्रसाद साहू, रथराम साहू, दामोदर प्रसाद तिवारी, बोधीराम आदित्य, लखनलाल सिदार, गिरधारी साहू, हुलास साहू, द्रोणाचार्य कन्नौजे, सियाराम पटेल, राजेन्द्र पटेल, मनोहर कन्नौजे, भगेलाराम केंवट, **भाटापारा**-पुरुषोत्तम कर्ष-9754251788, लक्ष्मीप्रसाद वर्मा-9009577151, निर्मला कर्ष, **महासमुंद**-खोमन कन्नौजे- 9993377750, रामेश्वर प्रसाद ठाकुर, विष्णु साहू, ओमप्रकाश पटेल, आचार्य देवनारायण, श्रीमती सरस्वती बिरकोनी, फटकन बाई साहू, सोनाराम निषाद, भवानी शंकर, कुंजलाल यादव, दीवारचंद भोई, नरेन्द्र साव, बंधीधर पटेल, डेहरी लाल पटेल, कमलेश साहू, **बसना-गरियाबंद**-शिवमूर्ति सिन्हा-7999343781, संतोष जैन- 7415537926, डॉ. कोमल सिन्हा, डेहर पटेल, केशव साहू, टीकमचंद, चंचल गायकवाड़, **धमतरी**-एन.सी. निराला-9329278047, संजीव तिवारी- 7898009665, सत्यनारायण मीनपाल, दिलीप मीनपाल, सालिक राम साहू, सरस सोनी, उत्तम देवांगन, नारायण देवांगन, अशोक साहू, मगरलोड-विषय लाल साहू-9770126672, गंभीर साहू, डी.आर दीवान-9340605060, टाकेश्वर साहू, जयंती कंवर, **दुर्ग**-विकेश वर्मा-7024791221, डिलेश्वर प्रसाद चन्द्राकर-8305656776, गौरव टंडन-8109849856, प्रेमलाल धनकर, श्रीमती तारा चंद्राकर, वंदना चक्रवर्ती, हरिशचन्द्र यादव, कुलेश्वर यादव, तेजराम देवांगन, डॉली देवदास, जितेन्द्र कुमार, खोमलाल, गिरीश टंडन, कु. लक्ष्मी **भिलाई**-यामिनी निखिल, खेदुराम देवांगन, स्वाती, संजय चंद्रवंशी, **राजनांदगांव**- बेनीराम गजेन्द्र-9407608711, भगवती प्रसाद देवांगन -6264377782, चेतन साहू-7771095317, संतोष देशमुख-9908184712, दिनेश यादव-7389045471, बी.ए. राजू, भावेश देवांगन -8770429644, कुलदीप साहू-87700 53592, दिनेश प्रजापति, नकुल सिन्हा, शारदा तुकरेकी, कांती साहू, चन्द्रकान्त रामटेके, सूर्या साहू, खिलेश्वर साहू, **खैरागढ़**-तेजेश्वर गौतम-9827950765, मुकेश देशमुख- 91748 30776, गुप्तेश्वरी गौतम, गोवर्धन वर्मा-7089626903, जितेन्द्र वर्मा-9165993292, गणेश सिन्हा, पुखराम श्रीवास, **अम्बागढ़ चौकी**-गनपत नेताम-9406012157, कार्तिक राम कोमा, नन्दूराम धनेन्द्र, रेणुका महाला, मंगतूराम भरद्वाज, **छुरिया**-डॉ. भूषण आनंद-9399782421, **डोंगरगांव**-राज यदु-9893463106, यादो राम कोठारी, रामनारायण सोनवानी-9827413295, हेमंत साहू- 9179253555, संतोष चक्रधारी, डॉ. जितेन्द्र सिंह-9589445714, अशोक निषाद, **डोंगरगढ़**-कार्तिकराम साहू-7974982400, ज्योति भूधर साहू- 9407625706, **बालोद**-शिवकुमार मरकाम-9424123804, डॉ. जगजीवन निषाद-9977026040, रमेश निषाद-6265568273, कौशल गजमल्ला- 9826935021, दिलीप साहू, भगवत राम साहू, **जांजगीर चांपा**-संतोष साहू-7999819021, जयचंद पटेल-7725007553, थानसिंह जायसवाल, वेद श्रीवास, रामचरण बरेठ, चित्रकुमार चन्द्रा, माता रानी सिदार, मुकेश टंडन, पदुम लाल निषाद, नरेन्द्र राठिया, गंगासागर कैवर्त, जागेन्द्र निर्मलकर, प्रहलाद कौशिक, रामकुमार राठौर, गुरुशरण चन्द्रा, नोबेल पटेल, **बेमेतरा**-श्री खूबीराम साहू, दिनेश साहू, रामचरण साहू, शत्रुहन साहू, मोती बिरझे, **बिलासपुर**-अनिल यादव- 9753191911, **दंतेवाड़ा**-सुश्री लक्ष्मी थामस, **अम्बिकापुर**-रामवृक्ष रामभगत, परमेश्वर, **कांकेर**-अनिता नागवंशी, राजेश्वरी नागवंशी, सांवली बाई नागवंशी, पंचुराम मण्डावी, टिकन कुमार नेवला, **जगदलपुर**-राधाकृष्ण कुशवाहा, संजीव जायसवाल, **कोरबा**-लक्ष्मी शोरी, **रायगढ़**-सुश्री देविका यादव

13 नवम्बर 2022

सर्वोन्नति प्रदायक

सूर्यनारायण साधना शिविर

शिविर स्थल : नामधारी गार्डन सीसमो होटल, कल्पना एसकोयर, **भुवनेश्वर (उड़ीसा)**

आयोजक मण्डल : इन्द्रजीत राय-8210257911, 9199409003 चैतन्य गुंजन योगी जी (भुवनेश्वर)-8144904640, डॉ. लक्ष्मी नारायण पानी ग्राही एवं प्रतिमा कुमारी पत्रा (ब्रह्मपुर) - 9437616301, वैष्णो चरण साहू (बलांगीर) 8249804350, सुत ध्रुवा एवं सत्यवती ध्रुवा, (बाण्डामुण्डा)-9337852925, दीलिप मिश्रा (सम्बलपुर)

–9438202003, कटक–शिव विरचरण नारायण त्रिपाठी, 8895972932, अभिषेक शर्मा–8847857125, भुवनेश्वर–किशोर कुमार बरिहा–9937056155, प्रदीप कुमार महापात्रा, टुन्ना भाई, अन्तर्राष्ट्रीय सिद्धाश्रम साधक परिवार ब्रह्मपुर–सत्यवादी भंजो देव, संतोष कुमार पति, मनोज कुमार पात्रा, ध्रोनी दास, संतोष कुमार सेठी एवं ब्रह्मपुर के सभी गुरू भाई एवं गुरू बहन, कालाहांडी–प्रदीप साहू–9777830254, सुजीत जी, कटक–मंगेश बेहेरा, उपेन्द्र मलिक, राउरकेला–नरेश राजगड़िया–8018406882, सरोज कुमार प्रधान, गौर सिंह भूमिज, वृंदावन ताती, रोहित कुमार पेलई, बांडामुण्डा–जयदीप नायक, सूरज मलाकार, झारसुगड़ा–हरि बाग बाबू लाल साहू, वेंकेट राव, राजू मेहर, जगरनाथ साहू, नीतिन जी, सुन्दरगढ़–अशोक कुमार, श्री नाथ समल, सुनील कुमार पटेल, सम्बलपुर–गोविन्द पंडा, लिंग राज प्रधान, चन्द्रशेखर डोरा, बलांगीर–सुब्रत बोहिदार, अशोक राउत, बासुदेव रता, अश्विनी त्रिपाठी, विजय भुषण बघेल, सेषा देव मेहर, सुशील कुमार तांदी, विकास मिश्रा, वरूण थनाप्ति, कामदेव बारिक, अनिल कुमार मिश्रा, सत्य बागरति, गजेन्द्र साहू, रविन्द्र मेहर, विजय पानी, नन्दी मिश्रा, पूरी–संतोष कुमार परिदा, तेतलागढ़–ऋषिकेश नाग एवं जमुना नाग, धर्मगढ़–नेहारिका नाग, बिहार लखीसराय – मुरारी महतो, पप्पू महतो, नन्दकिशोर कुमार, बेगुसराय बिहार – लुटन जी

20 नवम्बर 2022

माँ कामाख्या साधना शिविर

शिविर स्थल : कामाख्या धाम, रानी भवन, भुवनेश्वरी मंदिर रोड, कामाख्या - गुवाहाटी (आसाम)

(कामाख्या मंदिर के पास)

मुख्य आयोजक – इन्द्रजीत राय – 8210257911, 9199409003, सौरव दास गुप्ता 9932858697 (चितरंजन बंगाल), पवन दत्ता (असाम) 8638137805, अखिल दास (गुवाहाटी) 8638745438, प्रदीप बहराली – 9365116234 (गुवाहाटी), सरत बयान – 9957104992 (गुवाहाटी), नन्देश्वर निखिल गोगई (डिबुरूगढ़) 7002559865, तारा कुमार प्रधान, 9232749470, (गैंगटोक), प्रहलाद निखिल नाथ (माझुली) प्रहलाद मलिक 9678017965, बसंत बोरगोहैन–9954667650 (माकुम)। आयोजक – विपिन चन्द्र सैकिया, (लखिनपुर), दिना राय बोरा, योनेश्वर शर्मा, (नामरूप) खनद शैकिया, (रामरूप), ज्योति गोगई (माकुम), प्रलाद नाथ (मंझुली), विक्रम क्षेत्री (कोकराझार), मिंटी सोनेवाल (माकुम) मंजुदास (नहरकटियाँ), भवानी मागोर (आसाम), पदेन बरूमातेरी (होरैपोदर), सिक्किम–कमल बहेजल, निर्मल राय, राजेन्द्र क्षेत्री, विपिन प्रधान, जंगबाहदुर क्षेत्री, विशाल राणा, शोभा बहेजल (आसाम)। आयोजक असाम (नामरूप) – देवजीत तमाली, परम बहादुर कोनवार, अरूण बोरगोहैन, धान प्रसाद शर्मा, प्रेम क्षेत्री हरे कृश्ण मुरारी (विराल), संजीत साहु (दालीजाल), भानु (दालीजाल) अजय क्रमकार (बुकाखाट), कैलाश साहु (नगाँव), विकास मगौर (माकुम), दिवाकार पहकान (बोकाखाट), अमर दत्ता (मोरान), नितुल बरगोहि (मोरान), गणेश थापा निशी बासुमतरी (गोसाई गाँव), कैलाश साहु (खेरानी) अ.सि.सा. परिवार। जलपाईगुड़ी – उषा क्षेत्री, अलीना क्षेत्री, बुनु थापा, सचीता विश्वा, शुकुलअुं भुटिया, वित्कांत शर्मा, सुनीता उराँव, बौबी विश्वा, शुभ्म दुराल, विपिन प्रधान, अ.सि.सा. परिवार। श्रीमाली गाँव–गोरू व्यान कालिम्पोंग (दार्जिलिंग) – मनी कुमार राय, सुसान राय, विनोद कहालिंग, पवित्र थापा, भारती राय, विनीता राय, चन्द्र राय, कमल युजेल, काशी नाथ राय, नंद कुमार लिंबु, सुमित्रा लिंबु (संमसिग सिक्किम), विश्वजीत राय, सिदार्थ विश्वा।

राजेन्द्र वैष्णव (चितौड़गढ़) राजस्थान 9649350821, डी.के. पाण्डेय (सतना) मध्य प्रदेश, 9752419663, (नागपुर) वासुदेव ठाकरे, नागपुर, अक्षय इंगले सुरेश रवत्री (उज्जैन) रूपल छावड़ा (इंदौर), जगदीश मकवाना (धार मध्य प्रदेश), डॉ. पावार साहब (खलघाट), अजय जयसवाल (वाराणसी), अनुराग द्विवेदी, (बुढार मध्य प्रदेश), श्रीकांत चौधरी (यवतमाल)। शांतिलाल महतो, (धनबाद, झारखण्ड) देवेन्द्र कुमार बरबिगहा (बिहार), आदित्य जी (पुर्णिया बिहार), प्रेम लाल पासवान (मुजफ्फरपुर), बिहार, सतेन्द्र भारती (सिजुआ, झारखण्ड), अ.सि.सा. परिवार चितरंजन (बंगाल) के समस्त गुरू भाई बहन। सुभाष पटेल (बरही, मध्य प्रदेश), राकेश श्रीवास्तव (कटनी, मध्य प्रदेश), कमला विष्ट (नेपालगंज, नेपाल), धनश्याम श्रीमाली एवं पुनीता श्रीमाली (राजविराज, नेपाल), सुरेन्द्र राजवंशी – (विराट नगर, नेपाल), चैतन्य गुंजन योगी जी – (भुवनेश्वर), विरेन्द्र सिंह पुनिया (आगरा, उत्तर प्रदेश), गिरीश शर्मा, (दतिया, मध्य प्रदेश)।

27 नवम्बर 2022

माँ कमलवासिनी

कमला साधना शिविर

शिविर स्थल :

टी.आर.एफ.इनलॉप मैदान, जमशेदपुर, टाटा नगर (झारखण्ड)

मुख्य आयोजक – इन्द्रजीत राय–8210257911, 9199409003, निरज कुमार श्रीवास्तव–9234395840, मनोज कुमार–9572323810, आभा रानी एवं मोटई कुदादा – 9334276628, (राँची), अनुप चेल– 92344 78456 (बुण्डू), भुवनेश्वर प्रमाणिक–9771333701, (बुण्डू), अरूण मुण्डा–8863866106 (फुसरो), हरेन्द्र महतो–9801284131 (बोकारो थर्मल), सतेन्द्र भारती– 9122587187 (सिजुआ), प्रमोद साव– 9835393422 (गोमिया), विनोद माँझी एवं शांति देवी, (गुमला)। टाटा नगर – उमा शंकर सिन्हा, रामकृष्ण जी, सुनील सिंह, संजीव सिंह, निर्मल कुमार, वरूणदेव प्रसाद, प्रेमा दीदी, महेन्द्र लाल, सरिता जी, होरेन मंडल, उपेन्द्र सिंह, कालू सिंह, विश्वनाथ शर्मा, महेश प्रसाद, बिन्दु थापा, श्रीमती जया, अशोक मोहन दास, नाथे, राजीव श्रीवास्तव, भरत भूशन सेठी, कैलाश सिंह, श्रवन गुप्ता, राजू चावला, गुलसन चावला, विकास गुप्ता, पप्पू दुबे, भोला नाथ गुप्ता, संजीव कुमार, सुनील जी, रविन्द्र नाथ सिंह, रूद्र प्रताप सिंह, भरत मुण्डा, कर्ण निशाद, वरूण कुमार, मनोज कुमार, जीतेन्द्र गुप्ता। घाटशीला – नन्दलाल भूसाल, बी. एन. पाठक, गुरूवचन सिंह, दलवीर धारीवाल, आनन्द कुमार साव। सरायकेला खरसांवा – दीपक कुमार, श्याम शरण गोडसोरा। चाईबासा – डॉ. महेन्द्र बीरूली, लक्ष्मी बीरूली, जसमती गाड़ी, डॉ. बिरमु बिरूली, दीपक बिरूली। बुण्डू – सन्नत चेल, सपन चेल, विष्णु चरण सिन्हा, चैतन्य महतो, दीपक प्रजापति, रोशन शर्मा, मदनमोहन भगत, महेश साहू, मीणा देवी, अशोक ठाकुर, सत्यनारायण पाठक, अनुप रक्षित, सत्यप्रकाश भगत। तमाड़ – सुरेश चन्द्र महाते, रमेश सिंह मुण्डा, भुतना बाबा, दिनेश प्रजापति। अड़की – प्रधान सिंह मुण्डा, सुखराम सिंह मुण्डा। बोकारो – रामाराय होनहागा, मोहन सिंह लामा, अरूण सिंह। फुसरो – दिनेश नायडू, मनोज स्वांसी। धनबाद – अरूण सिंह, कमलेश पाण्डेय, राम मनोज ठाकुर, ममता देवी। राँची– डॉ. आर.के. हाजरा, अमरेन्द्र कुमार सिंह, सी.एस. पाण्डेय, सुनीता बड़ाईक, लक्ष्मी मुर्मू, राम दास मुर्मू, संगीता

देवी, अमरेन्द्र पाण्डेय। गुमला – राहुल राम, बिरबल भगत, जर्नाधन भगत, रामेश्वर बाघेल, बंधन महतो, अनिल पाण्डेय, बिनु महतो। दुमका – संदीप केवट। बाघमारा – श्याम किशोर सिंह, अशोक रवानी, संजय कुमार यादव, माधव बिहारी शर्मा। सिजुआ– जनेश्वर जी, सुदर्शन सिंह, अनुज कुमार सिन्हा। बलियापुर धनबाद – शांति लाल महतो।

04 दिसम्बर 2022

मोक्ष प्रदायक

श्री विष्णु लक्ष्मी साधना शिविर

शिविर स्थल : श्री खंडोबा देवस्थान ट्रस्ट, खंडोबा माक आकुड़ी, पिंपरी चिंचवड़ शहर, **पूणे**

आयोजक मण्डल – कदम साहब-9922640064, अनिल सुपेकर-9767395044, संतोष सुपेकर-8308828535, निखिल भोकरे-9895801155, बाळा साहेब बाळवडकर -9762964344, दत्ताजय कविस्कर-9921407825, वैभव कराले- 9823041226, दुष्यंत नैसर्गी, रवि कुमार लंगड़े-9048698121, संजोय डहाके-9011067000, विनोद पंवार-9665065291, विजय अण्णा-7776064286, प्रशांत डफाडे -7972749642, योगेश झा-9850946250, अशोक भागवत, सचिन कदम-9822002578, संतोष कुमार-9975919999

11 दिसम्बर 2022

विघ्नहर्ता गणपति साधना शिविर

शिविर स्थल : संताजी सभागृह, बुधवारी बाजार, क्रीड़ा चौक, **नागपुर (महाराष्ट्र)**

आयोजक मण्डल नागपुर-वासुदेव ठाकरे-9764662006, छत्रपालसिंह गौर-9284877283, देवेन्द्र काटेखाये-9075753889, आकाश गुप्ता-9284549716, वतन कोकास 9422114621, किशोर वैद्य-9371710599, चन्द्रकांत दोड-8379080867, शिवा गव्हाने-9325104080, गुलाबसिंह बैस, राजेश सोनुने-9823033719, गणेश भोयर, दुल्लुराज ऊईके-9422615423, नरेन्द्र काटेखाये, प्रेमसिंह बधेल-7798393630, श्रीकांत चौधरी-9822728916, संजयसिंह गहरवाल, उत्तमसिंह गहरवाल, भरतसिंह बैस, अशोक पाण्डे-917562321, श्यामलाल राम, पंकज घाटे-7620862677, विलास खांडरे, सुनिल आखाडे, नरेश गिरी, प्रवीण नागरकर, साईविलास बासनवार, अजय वांढरे, तुमनलाल वर्मा, घनश्याम दमाहे, मधुकर अंतुरकर, उज्ज्वल येरने, दिलीप गुल्हाने, संदीप पोहेकर, खुशाल कोरेकर, दीपक येण्डे, नन्दकिशोर भागवत, राजेश कोम्बे, कैलाश शेबे, रविन्द्र अवचार-9423468059, भास्कर कापडे, शाम दायमा, विष्णु जायले, विनायक देशमुख, चन्द्रकांत डुकरे, गजानन ठाकरे, आकाश बुरले, धीरज वाघाडे, हरीश अनावडे, राजेश बावने, अनिकेत ऊरकुडे, अर्पित कोटमकर, प्रविण झाडे, नेताजी कुनधाडकर, उत्तम पिपरे, पतिराम मडावी, अरविन्द पेद्दीवार, तिलकचन्द कापगते, अमित गुप्ता, रघुनाथ मोटधरे, चन्द्रकांत खंडाईत, डी. के. डोये-9226270872, संजय पिल्लारे, सुरेन्द्र लिल्हारे, कमल फरदे, नरेन्द्र बोम्परे-9406751186, संतोष परिहार, प्रेमकृष्ण गिरी 9673057661

17 दिसम्बर 2022

स्वर्णाकर्षण भैरव साधना शिविर

शिविर स्थल : श्री सूरती मोढ़, वनिक वाड़ी, लाल दरवाजा मेन रोड, रेल्वे स्टेशन के पास, **सूरत (गुजरात)**

आयोजक मण्डल सूरत-विजय पटेल-9925104035, विवेक कापड़े-7984064374, तरंग पटेल- 9898965511, नीरज पटेल-9664562699, चेतन सिंह-9429411177, दीपेश गांधी -8866124000, नितिन प्रजापति-9726162728, दिव्येश, रेशमवाला-9374716532, धवल प्रजापति-9327396423, मोण्टू प्रजापति-9898075031, विक्की प्रजापति-9879793736, अमित प्रजापति-972656620, भौमिक प्रजापति, अनिल चौधरी, नीलेश पटेल (सायन), दिनेश पटेल (कोसम्बा), बहादुर भाई, रमेश कालरवाला, दिनेश मौर्या, सत्येन्द्र सिंह, सन्तोष भाई, सन्तोष डकुआ, रोहन प्रजापति, सुरेन्द्र चौरसिया, शंकर भाई (बारडोली)-8128304483, निराली पाटिल, प्रभु नारायण मिश्रा, शंकर भाई (बारडोली), बकुल भाई (बारडोली), गिरीश भावसर (बारडोली), अंकित प्रजापति, दिनेश कापड़े, भावेश प्रजापति, भगवानदास पाटनकर, सत्य महाराज

18 दिसम्बर 2022

लक्ष्मी नारायण साधना शिविर

शिविर स्थल : गुरु नानक नेशनल, हाई स्कूल, 22/2 सायन सिंधी कॉलोनी, जैन सोसायटी, निअर गुरुकृपा हॉटल (2 मिनट की दूरी पर), सायन (पूर्व), **मुम्बई**

आयोजक मण्डल – तुलसी महतो-9967163865, डॉ. संतलाल पाल-9768076888, यशवंत देसाई-9869802170, नागसेन पवार -9867621153, राहुल पाण्ड्या, डॉ. सतीश-7066098758, रवीन्द्र गायकवाड़-9920680113, रोहित शेट्टी, मनोज झा, राकेश तिवारी, मीना कावटे, हमप्रसाद पाण्डे, बुद्धिराम पाण्डे, सुनील उपाध्ये, जी.डी. पाटिल, रवि पाटिल, मोहन सैनी, सुहासिनी दयालकर, गायत्री दयालकर, एम.बी. रत्नाकर, श्रीनिवास, राम पलट, ज्योति आहूजा, शैलेश जोशी, अनिल कुंभारे, वीना सिंह, राधा पाल, मानव और पीयूष, अजय मंचेकर, गंगा, जिया, सीता और सोनू, सुनील उपाध्ये, सुनील साल्वी, प्रकाश सिंह, संजय गायकवाड़, गोरखनाथ, अनय सिंह, अजय कुमार सिंह, प्रवीण राय, भावप्रसाद पांडे, सुरेश यादव, अरविंद अरोड़ा, विवेक पवार, ममता

14 जनवरी 2023

सूर्य लक्ष्मी साधना शिविर

शिविर स्थल : पटना (बिहार)

15 जनवरी 2022

जीवन सिद्धि सूर्य साधना शिविर

शिविर स्थल : प्रयागराज (उत्तरप्रदेश)

सर्व कार्य सिद्धि दीक्षा

छोटे मोटे कार्यों के लिए दैवीय सहायता की आशा रखने की अपेक्षा साधक को अपने पुरुषार्थ में विश्वास रखना चाहिए। मात्र भाग्य के भरोसे बैठने वाले की देवता भी सहायता करना पसन्द नहीं करते हैं। परन्तु कई बार ऐसा होता है, कि साधक बेहद प्रयास करने के बाद भी लक्ष्य को प्राप्त कर नहीं पाता, तब वह क्या करें?

यदि आप अपने मानस में किसी लक्ष्य को लेकर चल रहे हैं, और अभी तक उसे साकार रूप नहीं दे सके हैं, कारण कोई भी हो सकता है– साधनों का अभाव, मार्गदर्शन का अभाव, आत्मविश्वास की कमी, प्रतिद्वन्द्विता या स्वयं के ही पूर्व व इह जन्माकृत दोष, कार्य में सैकड़ों प्रकार की बाधाएं उपस्थित होनी स्वाभाविक है। ...परन्तु ये सभी अवरोध गुरु प्रदत्त शीघ्र कार्य सिद्धि दीक्षा द्वारा भस्मीभूत हो जाते हैं और साधक का सोचा हुआ कार्य पूरा होता है, यदि साधक पूर्णविश्वास के साथ दीक्षा प्राप्त करे।

मंत्र

।। ॐ श्रीं सर्व कार्य साफल्य सिद्धये ॐ नमः।।

यह योजना केवल 5-6 और 15 नवम्बर इन दिनों के लिए है

किन्हीं पांच व्यक्तियों को पत्रिका का वार्षिक सदस्य बनाकर उनका सदस्यता शुल्क 2250/- ‘ नारायण मंत्र साधना विज्ञान’, जोधपुर के बैंक के खाते में जमा करवा कर आप यह दीक्षा उपहार स्वरूप निःशुल्क प्राप्त कर सकते हैं। दीक्षा के लिए फोटो आप हमें संस्था के वाट्स अप नम्बर 8890543002 पर भेज दें। इसी वाट्स अप नम्बर पर पांचों सदस्यों के नाम एवं पते भी भेज दे। संस्था के बैंक खाते का विवरण पेज संख्या 2 पर देखें।

फोन नं. : 011-79675768, 011-79675769, 011-27354368

Printing Date : 15-16 October, 2022
Posting Date : 21-22 October, 2022
Posting office At Jodhpur RMS

RNI No. RAJ/BIL/2010/34546
Postal Regd. No. Jodhpur/327/2022-2024
Licensed to post without prepayment
Licensed No. RJ/WR/WPP/14/2022
Valid up to 31.12.2024

माह : नवम्बर एवं दिसम्बर में दीक्षा के लिए निर्धारित विशेष दिवस

पूज्य गुरुदेव श्री अरविन्द श्रीमाली जी निम्न दिवसों पर साधकों से मिलेंगे व दीक्षा प्रदान करेंगे। इच्छुक साधक निर्धारित दिवसों पर पहुंच कर दीक्षा प्राप्त कर सकते हैं।

स्थान गुरुधाम (जोधपुर)	
15	नवम्बर
14	दिसम्बर

स्थान सिद्धाश्रम (दिल्ली)	
05-06	नवम्बर
20-21	दिसम्बर

प्रेषक –
नारायण-मंत्र-साधना विज्ञान
गुरुधाम
डॉ. श्रीमाली मार्ग, हाईकोर्ट कॉलोनी
जोधपुर - 342001 (राजस्थान)
पोस्ट बॉक्स नं. : 69
फोन नं. : 0291-2432209, 7960039,
0291-2432010, 2433623